

**Univerzita Karlova v Praze**

**Filozofická fakulta**

**Katedra psychologie**



# **Diplomová práce**

Jakub Jelínek

**Emoční inteligence a její srovnání u heterosexuálních a  
homosexuálních jedinců**

**Emotional intelligence and its comparison among heterosexual  
and homosexual people**

Praha, 2015

Vedoucí práce: PhDr. Markéta Niederlová, Ph.D

### *Poděkování:*

Na tomto místě bych velmi rád poděkoval mé vedoucí diplomové práce, kterou je PhDr. Markéta Niederlová, Ph.D., již se cítím nesmírně zavázán za vedení, pomoc a připomínky, stejně jako za velice vstřícný a přátelský přístup a za jednání ve vždy psychicky podporujícím prostředí. Můj velký dík patří též panu doc. PhDr. Františku Baumgartnerovi, CSc. za poskytnutí českých verzí metodik využitých pro sběr dat k výzkumné části práce. S velkým poděkováním se musím obrátit rovněž na své rodiče, kteří mě v těžších chvílích vždy podpořili, a neskonečně jsem též zavázán všem respondentům, bez jejichž pomoci by v práci analyzovaný výzkum nemohl být uskutečněn. V neposlední řadě jsem nesmírně vděčný všem autorům dobré jazzové hudby, která mi pomáhala zejména v době, kdy jsem již ztrácel motivaci pokračovat dále ve psaní této práce.

*Prohlašuji, že jsem diplomovou práci vypracoval samostatně, že jsem řádně citoval všechny použité prameny a literaturu a že práce nebyla využita v rámci jiného vysokoškolského studia či k získání jiného nebo stejného titulu.*

*V Praze dne 30.6. 2015*

.....

**Abstrakt:**

Diplomová práce má za své ústřední téma v teoretické části emoční inteligenci a podává přehled o tom, jak se chápání toho konstruktů vyvíjelo od jeho explicitního etablování. Sumarizuje též dva významné modely emoční inteligence a ukazuje přehled existujících nástrojů pro její měření, což je následováno výčtem studií o souvislosti emoční inteligence s vybranými oblastmi lidského života. Zahrnuty jsou též možnosti rozvoje emoční inteligence. Praktická část analyzuje kvantitativním výzkumem individuální difference v úrovni emoční inteligence a to srovnáním její celkové úrovně mezi heterosexuály a homosexuály. Výsledky potvrdily, že existuje významný rozdíl v úrovni rysové emoční inteligence mezi homosexuálními a heterosexuálními muži a dále, že se heterosexuálové a homosexuálové od sebe odlišují v celkové emoční regulaci a v emočně-regulační strategii potlačování emocí. Replikována byla též zjištění, že ženy mají vyšší emoční inteligenci než muži a že jedinci posuzující se jako zdraví jsou emočně inteligentnější než ti, kteří se vnímají jako vážně nemocní.

**Klíčová slova:**

Emoční inteligence, emoční regulace, heterosexuality, homosexualita.

**Abstract:**

The aim of the theoretical part of the thesis is emotional intelligence and the overview of changes in understanding this construct since its establishment. Furthermore, the thesis provides a summary of two significant models of emotional intelligence as well as a survey of existing means of its measurement and enumeration of studies focused on the connection between emotional intelligence and particular aspects of life. Finally, the theoretical part of the thesis explores the possibilities of developing emotional intelligence. The practical part uses quantitative research to analyse individual differences in emotional intelligence by comparing the levels of emotional intelligence between homosexual and heterosexual population. The findings revealed a significant difference between trait emotional intelligence of homosexual and heterosexual men. Moreover, the results also verify the difference in overall emotion regulation and emotion regulation strategy of emotion suppression between heterosexuals and homosexuals. The findings also support the claim that women have higher emotional intelligence than men and that the individuals who regard themselves as physically healthy have higher emotional intelligence than those who consider themselves as seriously ill.

**Keywords:**

Emotional intelligence, emotion regulation, heterosexuality, homosexuality.

## Obsah

Seznam použitých zkratk:	8
Úvod	9
1. Co je to emoce?	10
2. Vývoj v chápání koncepce emoční inteligence	15
2.1 Etablování pojmu a historické kořeny	15
2.2 Modely emoční inteligence	16
3. Hlavní aspekty emoční inteligence	21
3.1. Hlavní aspekty EI dle Saloveye a Mayera	21
3.1.1 Zhodnocení a exprese emocí u sebe a u druhých	21
3.1.2 Regulace emocí	24
3.1.3 Zžitkování emocí	26
3.2. Hlavní aspekty EI dle Golemana	27
3.2.1 Sebeuvědomění	27
3.2.2 Sebeovládání	28
3.2.3 Motivace	29
3.2.4 Empatie	30
3.2.5 Společenská obratnost	31
4. Metodiky měření emoční inteligence	33
4.1 Metodiky měřící emoční inteligenci jako schopnost	35
4.2 Metodiky měřící emoční inteligenci jako rys	36
5. Souvislost emoční inteligence s rozličnými aspekty lidského života	39
5.1 Individuální difference v EI	39
5.2 Emoční inteligence a školní prostředí	45
5.3 Emoční inteligence v pracovním životě	50
5.4 Emoční inteligence jako katalyzátor sociálních vztahů a manželství	56
6. Možnosti rozvoje emoční inteligence	60

7. Empirická část.....	65
7.1 Úvod.....	65
7.2 Metoda .....	69
7.2.1 Participanti.....	69
7.2.2 Metodiky .....	72
7.2.2.1 SEIS.....	72
7.2.2.2 ERQ.....	74
7.2.2.3 Demografické údaje .....	75
7.2.3 Procedura.....	75
7.3 Výsledky .....	75
7.4 Diskuze .....	90
7.5 Závěr .....	93
Závěr.....	95
Seznam použité literatury .....	96
Přílohy: .....	106

### **Seznam použitých zkratk:**

EI – Emoční inteligence

EQ-i – Inventář emočního kvocientu

ER – Emoční regulace

ERP-R – Revidovaný profil emoční regulace

ERQ – Dotazník emoční regulace, revidovaný

MEIS – původní verze MSCEIT

MSCEIT – Mayer-Salovey-Caruso test emoční inteligence

NEO-PI-R – Revidovaný osobnostní inventář NEO

SEIS – Škála emoční inteligence Schutteové

TEIQue – Dotazník rysové emoční inteligence

TMMS – Rysová škála metaanalýzy nálad



## Úvod

Předkládaná diplomová práce bude pojednávat o konceptu emoční inteligence jakožto relativně novém fenoménu, který byl etablován roku 1990 Saloveyem a Mayerem, avšak který zároveň prošel kvapným rozvojem co do teoretických návrhů a následně se stal i předmětem velkého boomu různých výzkumných studií, jež se snažily tento konstrukt pojit s rozmanitými důležitými aspekty života, což někdy vedlo k zakcentování potřeby rozvinuté emoční inteligence nad rámec v psychologii klasicky pojímané inteligence kognitivní.

Vzhledem k rychlému rozvoji tohoto tématu bude v práci obsažena i charakteristika toho, jak se chápání celého konceptu vyvíjelo a jak vyústila jednotná koncepce emoční inteligence ve dvě základní větve – rysovou a schopnostní – u nichž se dnes ukazuje, že měří relativně odlišné charakteristiky jedinců a samy mezi sebou korelují, pokud vůbec, tak pouze málo, což vede k oprávněnosti jejich odlišování. Vzhledem k tomu, že existuje velké množství teoretických návrhů jednotlivých badatelů o tom, co by mělo pod emoční inteligenci spadat, budou nastíněny v práci dva důležité a v literatuře často citované modely, které budou následovány výčtem metodik, jež aspirují na zjišťování individuální úrovně emoční inteligence.

Nespočet studií také dokládá, jak důležitá může být emoční inteligence pro člověka např. v souvislosti se zdravotním stavem, akademickým či pracovním úspěchem nebo jako pozitivní činitel v sociálních vztazích a v jejich kvalitě. Nadto se objevují doklady o individuálních diferencích v úrovni emoční inteligence u různých skupin osob. Existují však i mezery v této oblasti – například neexistují doklady o tom, zdali existují rozdíly v celkové emoční inteligenci mezi různě sexuálně orientovanými osobami. Proto se praktická část zaměří na výzkumné prozkoumání toho, zdali existují rozdíly v emoční inteligenci mezi homosexuály a heterosexuály obecně, ale i zvlášť podle pohlaví. Využit bude dotazník SEIS, tj. Škála emoční inteligence Schutteové. Nadto bude výzkum mít i dílčí cíl replikovat stávající zjištění o odlišné úrovni v emoční inteligenci mezi mladšími a staršími osobami, mezi ženami a muži a také např. mezi zdravými jedinci a jedinci posuzujícími se jako nemocní.

Doufám, že tato práce prohloubí, zejména svou výzkumnou částí, znalosti o emoční inteligenci a individuálních diferencích v její úrovni, že objeví rozdíly, které doposud mapovány nebyly, tj. v celkové úrovni EI mezi různě sexuálně orientovanými osobami a že povede ke zrodu nových nápadů na uskutečňování dalších výzkumných studií zaobírajících se tímto tématem.

## 1. Co je to emoce?

Emoce naplňují naše zkušenosti vášní, zájmem a smyslem. Emoce jsou rovněž zdrojem bolesti a nepokoje. Mohou motivovat jednání, kterého později hluboce litujeme. Bez emocí by naše životy byly nepředstavitelně odlišné, nevýrazné a mdlé. Emoce mají vliv na naše individuální životy. Lidské emoce měly dopad i na historii člověka. Jak dnes většina učenců v oblasti emocí tvrdí, bez emocí by lidé pravděpodobně nepřežili (Reevy, 2010).

Podle tvrzení výše uvedeného autora je zřejmé, že emoce tvoří velmi důležitou úlohu v životě člověka. Proto bych se úvodem této práce nejprve rád v krátkosti zmínil obecně o emocích jako takových a jejich důležitosti v životě člověka, než přistoupím čistě k tématu emoční inteligence. Emoce jsou přirozenou součástí našich životů, a jak uvádí Nakonečný (2004), jde o klíčový psychologický fenomén, jenž je mnohdy různě koncipován a často i protikladně definován. Tato okolnost není příliš překvapivá vzhledem k tomu, že jak tvrdí Nakonečný (2012), jsou dnes emoce většinou již považovány za fenomén komplexní podstaty. Nicméně navzdory konceptualizačním rozdílům přesto zůstává podstata důležitosti emocí v našich životech stejná a to, do jaké míry jsme schopni s nimi zacházet, regulovat je či je využívat k vlastnímu prospěchu, bývá často předmětem konceptu, který se v literatuře označuje jako emoční inteligence.

Plháková (2003) uvádí, že etymologii slova emoce je možno vypátrat ve slově emovere, jehož význam je vzrušovat. Přehledným způsobem podává výklad jednotlivých složek emocí, když hovoří o tom, že většina psychologů se shoduje v tom, že emoce je tvořena fenomenologickou složkou (subjektivně vnímaný prožitek citu), dále složkou výrazových projevů (z nichž asi nejtypičtější je mimika) a v neposlední řadě fyziologickými změnami. K tomu navíc dodává, že u některých bývá přiřazen také samotný emociogenní podnět a to, jakým způsobem jej daná osoba vyhodnotí, což je interindividuálně značně odlišné (Plháková, 2011).

Někdy je k vyjmenovaným třem složkám spadajícím pod emoci zahrnována ještě připravenost jednání, kterou emoce nabuzuje, protože svým působením přispívá k hodnocení situací, které neustále nastávají v okolí a v nás samotných a na základě tohoto zhodnocování se člověk rozhoduje, jakým způsobem bude reagovat. Hodnotící funkce nastalé situace, ať ve vnějším okolí nebo v našem vlastním vnitřním světě, je zároveň jednou z funkcí emocí v životě (Nakonečný, 2000). V tomto smyslu je možno chápat dle mého názoru emoce jako racionální záležitost. Na druhou stranu existují i situace, kdy se může emoce projevovat na

čistě iracionální bázi, jako je tomu například u různých druhů fobií, při nichž člověk pocítuje vystupňovaný strach, ačkoliv si může zároveň uvědomovat, že jeho emoce je iracionální (Atkinson, 2003).

Reevy (2010) se o emoci zmiňuje jako o reakci na vnější či vnitřní události, přičemž trvají vteřiny, minuty nebo hodiny a navíc jsou komplexním celkem. Většina lidí chápe emoce jako konkrétní pocity. Nicméně, jak uvádí, je to mnohem více než čistě pocit, který je pouze jedním aspektem emoce – emoce v sobě zahrnuje fyziologické reakce (může se zvýšit srdeční frekvence, objevuje se pocení, svaly se mohou napínat), dále je zahrnuta aktivita mozku, různé myšlenky a expresivní vyjádření (obličejová mimika, gesta) a jiné elementy. Navíc emoce jako taková je časově omezená oproti například s emocemi souvisejícím zkušenostem, jako jsou nálady, nebo odlišná taktéž oproti k emocím vztaženým osobnostním rysům.

Na základě výše uvedeného je třeba zdůraznit, že pojem emoce je ve své podstatě složitý na definování, ne-li zcela nemožný, má-li být definovatelný vědecky v rámci psychologie. Je tomu tak i proto, že obecně jsou emoce se všemi svými obsahovými komponentami zaměňovány za jednodušší pojem *cit*, znamenající už konkrétní prožitek jednotlivých emocí, např. strachu nebo zlosti. Tyto dva pojmy by přitom měly být zřetelně odlišovány (Nakonečný, 2000; Nakonečný, 2012).

Hartl a Hartlová (2000) definují ve svém slovníku emoci jako subjektivní prožitek, při němž člověk zažívá jistou míru libosti, nebo naopak nelibosti, přičemž je tento prožitek spjat s průvodními jevy, kterými jsou fyziologická reakce (tou může být třeba dilatace zornin nebo zrychlený srdeční rytmus), motorická reakce (např. příslušný mimický výraz obličeje pro konkrétní emoci typický) a také je provázen oscilacemi míry pozornosti a zaměřeností jednání osoby.

Právě intencionalita jako atribut emoce býval, jak se zmiňuje Zemach (2001), v minulosti předmětem sporů filosofů, mezi nimiž zastánci Spinozy vykládají emoci jako intencionalní postoj podobný soudům nebo přesvědčením, zatímco zastánci Humea považují emoci za prožitek povahy neintencionalní, přičemž právě druhé zmiňované východisko dle autora již vyšlo z obliby, takže většina současných autorů či badatelů se přiklání na stranu Spinozy a považují emoce za jakýsi úsudek o objektech nebo stavech záležitostí, což je důvodem pro následnou reakci jednáním. Není opomenut také fakt současného stavu, kdy autor v příznačně nazvaném článku „*Co je to emoce?*“ konstatuje, že odpovědí na tuto

prostou otázkou je mnoho, nicméně tyto se právě v zásadě shlukují do dvou proti sobě postavených skupin, které se liší ve svých názorech právě v podstatě intencionality emocí.

A není jediný, kdo se touto otázkou zabývá. U nás Nakonečný (2012) rovněž hovoří o tom, jak obtížné je podat ucelenou definici ke slovu *emoce*, byť lidé dokážou poměrně snadno jako laici definovat emoci. Výše uvedená otázka směřující na samou podstatu *emoce* tedy není ojedinělou ani v rámci novější doby. I celá desetiletí zpět se touto tematikou badatelé zabývali. Například English (1947) tvrdí, že není vhodné pokládat otázku způsobem, jak bylo uvedeno v záhlaví této kapitoly, ale že se musíme ptát, co je to, co děláme, když právě prožíváme nějakou emoci. A když ji prožíváme, podle autorky první, co zažíváme je, že vnímáme nebo si představujeme emociogenní objekt, což je často opomíjeno pro přílišnou akcentaci subjektivní povahy prožívání *emoce* v nás samotných. Následně provádíme něco pro změnu nebo kontrolování externích okolností konstituujících emociogenní situaci – např. snaha uprchnout z hrůzu nahánějící situace. Dále je zmíněna interní adaptace na emociogenní situaci, což kopíruje výše uvedenou složku fyziologickou. Součástí jsou rovněž expresivní činnosti, jako jsou mimické výrazy, výkřiky radosti nebo bolesti, červenání se, aj. Zvláště rozřazuje od expresivních činností verbální složku, jelikož ta se může při dané emoci odlišovat a nebýt kompatibilní (zlostné zamračení můžeme například verbálně vydávat za hluboké přemýšlení, apod.).

Velice populární se v tématu emocí a emocionální inteligence stal Daniel Goleman, který chápe pod pojmem *emoce* pocity, jež se pojí s příslušnými myšlenkami, konkrétním stavem psychickým i také fyzickým a které také člověka ponoukají do toho nějakým konkrétním způsobem jednat (Goleman, 2011).

Na uvedených příkladech jsem chtěl poukázat na široký záběr aspektů, které pod sebe samotný termín „*emoce*“ zahrnuje. O této komplexitě jeví se zmiňuje i Stuchlíková (2007), která mimojiné přisuzuje emocím i značnou citlivost a měnitelnost v tom smyslu, že intenzita nebo valence *emoce* se může proměňovat i bez objektivní změny situace nebo objektu např. tím, že začneme o situaci jinak smýšlet.

Cabanac (2002) navrhuje, aby se za emoci považovala jakákoliv mentální zkušenost, která v sobě obsahuje velkou intenzitu a hédonickou kvalitu ve smyslu libosti a nelibosti. Podle něj je potřeba uvědomit si společný faktor vyvstávající z různých definic či teorií emocí, ať je to např. Cannonova teorie nebo James-Langeova, a držet se především toho, že se jedná o mentální stav bez ohledu na to, nakolik při emocích participují v zažívání dané

mentální zkušenosti somatické signály. I on se mimojině zmiňuje o tom, že neexistuje konsenzus v definici emoce a že se tento termín bere jako samozřejmost, která je mnohdy definována s odkazem na seznam nesoucí tyto pojmy: zlost, odpor, strach, radost, smutek a překvapení, což jsou již emoce konkrétní kvality, které jsou považovány všeobecně často za tzv. primární (např. již Ekman a Friesen, 1971). Přesto, jak uvádí Goleman (2011) stále nepanuje úplná shoda v tom, které konkrétní emoce by mohlo být považováno za primární, tj. takové, jejichž kombinace by se daly využít k popisu všech ostatních.

Právě tzv. primární emoce se mohou zdát jako jakýsi sjednocující činitel, který je zmiňován mnoha badateli navzdory odlišným teoriím k emocím jako takovým. Ekman a Friesen (1971) zahrnuli do vzorku jejich experimentu osoby z ostrova Nová Guinea, přičemž se jednalo o osoby, které měly do té doby pouze minimální kontakt s lidmi západní civilizace. Podstatou bylo předkládání fotografií s různými výrazy v obličeji a také využívání slovních předloh k popisu dané emoce. Jako výsledek se autorům potvrdilo nejen to, že neexistovaly rozdíly v rozpoznávání těchto emocí mezi muži a ženami, ale ani mezi zdejšími obyvateli a lidmi západní civilizace. A to včetně dětí. Tím se snažili autoři prokázat, že dané emoce nejsou kulturně specifické, ale že jsou naopak univerzální cross-kulturně. Tyto emoce se tedy označují jako primární se stejným obličejovým výrazem napříč kulturami (Stuchlíková, 2007). Nicméně nutno dodat, že to byl již Charles Darwin, který jako první naznačil možnost existence základních druhů emocí, přičemž o nich hovořil jako o vrozených, odlišitelných mezi sebou navzájem a charakteristických podobnými obličejovými výrazy napříč odlišnými kulturami (např. Reeve, 2010).

Jiným často uváděným aspektem v souvislosti s emocemi je jejich funkce v životě člověka, tj. k čemu nám vlastně mají sloužit? Stuchlíková (2007) se zmiňuje o třech hlavních okruzích funkcí emocí v životě – intrapersonálním, sociálním a vývojovém. První uvedený okruh se uplatňuje například při adaptaci na prostředí či jeho změnu, stejně jako při regulaci nebo vůli k dosahování nějakého cíle. Sociální funkce emocí se promítá např. do regulace interpersonálních vztahů, chápání pocitů druhých skrze empatickou schopnost, aj. A konečně okruh vývojových funkcí dává autorka do souvislosti s důležitými vývojovými mezníky.

V souvislosti s otázkou, k čemu jsou nám emoce, píše Goleman (1995), že jde prakticky o pohnutky nějak jednat a o usměrňování tohoto chování k tomu, abychom vhodným způsobem zvládali životní situace. Zmiňuje se taktéž, že tyto schopnosti nám zajistila samotná evoluce a že každá emoce je přizpůsobená k tomu, aby nás vedla k rozličným typům jednání podle toho, v jaké situaci se nacházíme.

Osobně si myslím, že důležitost emocí člověka je nejlépe zachytitelná právě skrze deskripci jejich funkcí, které v našich životech sehrávají. Proto bych se závěrem této úvodní části rád věnoval právě přehlednému popisu zmiňovaných funkcí emocí tak, jak o nich píše Nakonečný (2012). Zmiňuje se o tom, že stěžejním aspektem emocí je psychická regulace činnosti člověka, z čehož lze vytáhnout funkci motivující, integrující a hodnotící. Z hlediska hodnotící funkce je zřejmé, že se uplatňují při jiných psychických procesech, jako jsou vnímání a s tím souvisejícím určováním významu situace, dále při myšlení či učení.

Pokud jde o funkci integrující, emoce fungují po předcházejícím hodnocení rovněž integrujícím způsobem na všechny další výše uvedené psychické procesy, čímž se dotváří komplexnost prožívání jedince. A konečně motivující funkce emocí se uplatňuje pro zajišťování žádoucnosti možných stavů člověka ať v současné době nebo v období budoucím, což se projevuje v chování adaptabilitou na měnící se životní podmínky nebo nutností jejich udržování (Nakonečný, 2012).

Na těchto úvodních stranách jsem si kladl za cíl hovořit o tom, co to vlastně emoce je a jak o ní někteří autoři smýšlejí. Bylo nastíněno, jak obtížné je definování tohoto pojmu a jak se autoři mnohdy odlišují ve svých koncepcích. Na druhou stranu je bezpochyby užitečné se tomuto tématu věnovat a osobně se mi nejvíce zamlouvá definování emocí skrze jejich složky fyziologickou, fenomenologicky pociťovou, expresivního chování a situačního kontextu emoce, přičemž s těmito všemi složkami jde ruku v ruce i následné jednání a jeho intence. Na základě všech těchto aspektů se musím klonit k emocím jako k racionálním fenoménům psychického života. Nyní bych se však již věnoval konkrétně podrobněji tématu emoční inteligence, které je náplní této práce, a uvedu tuto problematiku pojednáním o tom, jak se vyvíjelo chápání emoční inteligence.

## 2. Vývoj v chápání koncepce emoční inteligence

### 2.1. Etablování pojmu a historické kořeny

Obecně se má za to, že prvními, kdo použili samotný termín *emocionální inteligence*, byli Peter Salovey a John D. Mayer (Reevy, 2010; Výrost a Slaměník, 2008). Autoři tohoto termínu definovali emocionální inteligenci jako podmnožinu inteligence sociální, přičemž tato podskupina má zahrnovat schopnosti sledovat vlastní pocity a emoce a taktéž emoce druhých lidí, schopnost rozlišovat mezi nimi a rovněž používat tento zdroj informací k tomu, abychom byli schopni usměrňovat naše myšlení a jednání (Salovey a Mayer, 1990).

Přestože jsou výše zmínění autoři považováni za první, kdo použil termín „emocionální inteligence“, je možno vysledovat hlouběji v minulosti kořeny tohoto přístupu, byť nebylo explicitně použito dané označení. Například dříve uvedl v osmdesátých letech ve své teorii mnohočetné inteligence Gardner (1999) mimojiné tzv. inteligenci personální, která má svou vnitřní a vnější složku. Prvá zmíněná je zaměřena na osobní citový život, tj. jak dokážeme vlastní pocity diferencovat a pochopit a na základě toho směřovat a chápat vlastní chování. Vnější složka, interpersonální forma této inteligence, je zaměřena na ostatní osoby, a tedy i jejich emoce či aktuální nálady, stejně jako například motivy či intence. Sem spadá i empatie, která je rovněž mnoha teoretiky zahrnována jako jeden z aspektů emoční inteligence.

Sám autor teorie mnohočetné inteligence hovoří také o tom, že personální inteligence je mnohonásobně rozmanitější než jiné druhy. Nadto je rovněž o to složitější cross-kulturně srovnávat významovou symbolickou složku emocí – co může být v jedné kultuře považováno za přijatelné či standardní, v jiné se může hodnotit jako smysl nedávající a matoucí (Gardner, 1999). Tento aspekt dle mého názoru souvisí s možnými problémy při měření emoční inteligence a hovoří pro potřebu standardizovat případné metodiky na konkrétní skupiny lidí. Podobné okolnosti je možné konec konců najít i v testech klasické kognitivní inteligence, které se nepovažují za culture-fair, a tedy jednotlivé výsledky jsou značně zatíženy příslušností probanda ke konkrétní kultuře či skupině. Zároveň jsem toho názoru, že problémy, o nichž se zmiňuje Gardner (1999), tj. mnohem větší diverzita inteligence emoční, jsou odrazem právě problematiky postižitelnosti celé complexity, kterou pojem *emoce* zahrnuje a o které bylo pojednáno v předcházející kapitole.

Je možné ovšem nahlédnout ještě více do historie emocionální inteligence a neopomenout zmínit jméno Edwarda Lee Thorndika, jenž, jak uvádí Bar-On (2006), definoval v rámci své teorie tří druhů inteligence již v roce 1920 mimojiné také inteligenci sociální,

která se vyznačuje uměním rozumět jiným osobám, a tedy i jejich emocím, a podle toho s nimi jednat.

Bez ohledu na nastíněné historické pozadí tématu emocionální inteligence jsou považováni za autory pojmu, jak již bylo zmíněno, Mayer a Salovey, kteří s pojmem a k němu utvořenou teorií přišli v roce 1990. Od té doby se koncept stal na jednu stranu velice oblíbeným a zkoumaným, na druhou stranu také kritizovaným z hlediska možného přínosu pro vědu. Přesto se například Nakonečný (2000) vyslovuje pro užitečnost konceptu, a sice proto, že se ukazuje ve výzkumech nemožnost najít vztah mezi zmiňovanou inteligencí a inteligencí pojímanou jako kognitivní, s čímž se pojí také fakt, že člověk, který je v průběhu školní docházky (která klade akcent především na aspekty oné kognitivní inteligence) značně úspěšný, nemusí být úspěšný nadále v průběhu života, např. v prostředí pracovním. A naopak osoba zastupující vysoký post, např. manažer firmy, nemusí vykazovat nutně ohromnou úroveň inteligence kognitivní. Proto vyvstává potřeba brát ohled i na koncept uplatňovaný především v sociálním prostředí a mezilidských vztazích, tj. koncept, který Thorndike označil jako sociální inteligence a který koncipovali Salovey a Mayer jako inteligenci emocionální (Nakonečný, 2000).

Užitečnost a odlišnost od IQ nastiňují i výsledky studie, která kriticky zhodnotila konstrukt EI a kterou provedli Ciarrochi, Chan a Caputi (2000), jejichž výstupy se nicméně vyslovují i pro důležitost tradičního IQ pro porozumění emočním procesům. V jejich výzkumu se prokázalo, že EI nebyla vztažena k IQ, nicméně že korelovala s jinými proměnnými, jako například empatie, což jistě není překvapující, ale také třeba s životní spokojeností, a to i v případě, že se kontroloval vliv proměnné IQ a osobnostních rysů (měřených ve výzkumu Ravenovými progresivními maticemi pro IQ a NEO-PI-R pro osobnostní charakteristiky). Z tohoto důvodu se vyjadřují pro užitečnost konstrukt EI, byť přiznávají, že IQ by rovněž mohlo hrát důležitou roli pro porozumění emočním procesům.

## **2.2. Modely emoční inteligence**

Poté, co bylo téma emoční inteligence výslovně zkoncipováno, nastal obrovský rozmach ve vytváření teorií EI, přístupů k ní, ve výzkumu, ale rovněž i v kritice celého konceptu. Spielberger (in Bar-On, 2006) hovoří ve své Encyklopedii aplikované psychologie o tom, že existují v tuto chvíli tři základní modely EI:

- model Saloveye a Mayera (1990) a přepracovaná pozdější verze z roku 1997: EI jako schopnost vnímat, porozumět, řídit a využívat emoce k facilitaci myšlení,



- model Golemanův: model jako celý soubor kompetencí a dovedností podporujících manažerskou činnost a
- model Bar-Ona: EI chápáno jako průřez navzájem se k sobě vztahujících emočních a sociálních kompetencí a dovedností majících dopad na inteligentní chování.

Nutno také dodat, že jednotlivé modely se neodlišují pouze tím, co se v nich chápe pod emoční inteligencí, ale také způsobem, kterým se měří tyto charakteristiky (Bar-On, 2006). Nyní se můžeme podívat na jednotlivé modely trochu blíže.

Salovey a Mayer vytvořili svou teorii EI v roce 1990, nicméně později ji upravili a zdůraznili, že jejich předcházející definice se jeví jako nejasná, a to proto, že je ochuzena o přemýšlení o pocitech a hovoří pouze o vnímání a regulaci emocí. Revidovaná teorie těchto autorů tedy říká, že emoční inteligence zahrnuje *schopnosti* přesně vnímat, zhodnotit a vyjadřovat emoce, schopnost mít přístup a/nebo vygenerovat pocity, které usnadňují myšlenku, schopnost rozumět emoci a emocionálním vědomostem a také v neposlední řadě schopnost řídit emoce k podpoře emočního a intelektového růstu (Mayer a Salovey, 1997).

Takto pozměněnou koncepcí se autoři dostávají do shody s Gardnerem, jenž tvrdí, že bez ohledu na to, hovoříme-li o inteligence personální, jazykové nebo jakékoliv jiné, je potřeba, aby obecně inteligence zahrnovala v sobě jisté schopnosti, které napomáhají nebo facilitují možnost rozřešení nějakého problému (Gardner, 1999).

Velké popularity se tomuto tématu dostalo s Danielem Golemanem, který tvoří druhý zmiňovaný model EI. Goleman (2011) klade velký důraz na důležitost emocionální inteligence v životě člověka a dokonce ji považuje za mnohem důležitější než klasicky pojímanou inteligenci v psychologii. Uvádí nespočet výzkumných důkazů toho, proč by měla být emocionální inteligence vnímána s větším akcentem a nabádá na možnosti její kultivace v průběhu života, jelikož má podle něj mnohem větší vliv na úspěšnost v životě, než klasická inteligence kognitivní. K některým podobným výzkumným zjištěním se ještě vrátím v průběhu této práce (v 5. kapitole) a zde se omezím na jeho definici emocionální inteligence, ke které se uchyluje značně inspirován právě myšlenkami Gardnera a také Saloveye. Podle autora obsahuje pět základních složek, kterými jsou poznání vlastních emocí, řízení vlastních emocí, motivování sebe sama, rozpoznávání a porozumění emocím druhých lidí a v neposlední řadě také zvládání mezilidských vztahů, tj. emocí druhých (Goleman, 2011).

Rozsáhlejší koncepci emoční inteligence utvářející třetí modelovou větev rozpracoval Bar-On (2006) a je autorem považována za odpověď na otázku, proč jsou některé osoby

v životě úspěšnější než jiné. V jeho pojetí je zahrnuto pět dimenzí, jež jsou dále dělitelné do celkových patnácti subškál. Ty všechny jsou autorem chápány jako klíčové faktory emoční inteligence. Jednotlivými dimenzemi zde jsou dovednosti intrapersonální (a pod ně spadající sebeúcta, uvědomování si svých emocí, asertivita, sebeaktualizace), dále dovednosti interpersonální (k té se uvádí empatie, vzájemné vztahy a sociální odpovědnost ke skupině), následuje adaptabilita (se subškálami flexibility, řešení problému a testování reality), další dimenzí je zvládání stresu (zahrnuje škálu tolerance ke stresu a ovládání impulzů) a pátou dimenzí je celková nálada (a její subškála pocitu spokojenosti života a optimismu).

Podobně, jako pozměnili mírně svou koncepci autoři pojmu emoční inteligence, stejně tak Bar-On na přelomu tisíciletí modifikoval částečně svůj model a vynechal sebeaktualizaci, sociální odpovědnost, pocit spokojenosti života, nezávislost a optimismus. Ponechal v modelu zbylých deset subškál původní koncepce a ona modifikovaná byla nazvána jako „model emoční a sociální inteligence“ (Schulze a Roberts, 2007).

Zatímco model, který zkoncipovali Salovey a Mayer (1990) je modelem, který se označuje jako schopností, tak model Bar-Ona se označuje za tzv. model smíšený, a to proto, že v sobě obsahuje a popisuje rozličné osobnostní aspekty. Naproti tomu schopnostní model je více pojen dohromady s inteligencí obecnou, u níž se předpokládá její souvztažnost s emocionální inteligencí (Schulze a Roberts, 2007).

Z výše uvedeného se ukazuje, že emocionální inteligence je poněkud širším konceptem, který by mohl být obtížně měřitelný tak, abychom dostali jedno výsledné číslo, jež by svědčilo o celkové hodnotě emocionální inteligence, a to proto, že autoři většinou ve svých teoriích EI uvádějí různé schopnosti (např. regulace, rekognice, motivace, apod.). Nicméně existují i tací, jež vytváří metodiky, o nichž tvrdí, že jsou schopné vygenerovat jakousi obecnou úroveň EI, čili něco na způsob Spearmanova g-faktoru v obecné inteligenci, akorát pro inteligenci emocionální. Zde by bylo na místě uvést například jméno Schutte, jejíž vytvořený sebesuzovací dotazník k emocionální inteligenci je považován za metodiku zjišťující obecnou úroveň emocionální inteligence (Schulze a Roberts, 2007). Metodika zmíněného autora bude využívána rovněž pro výzkum k této diplomové práci a bude o ní pojednáno podrobněji níže ve výzkumné části.

Schutte et al. (2001) se mimojiné také právem zabývá otázkou, zdali je možné zdokonalením individuální míry emocionální inteligence skrze intenzivní trénink (byť byla oblast EI autory definována jako relativně stabilní) zlepšit také míru empatie, sociálních

schopností, kooperace, vztahových vazeb nebo například manželské spokojenosti. Tuto otázku si klade na základě různých výzkumných zjištění, které potvrzují vztah emoční inteligence s těmito oblastmi a některé výzkumy budou rovněž zmíněny v této práci v kapitole o souvislostech emoční inteligence s rozličnými aspekty života. Zde tedy uvedu prozatím jen to, že například Goleman (2011) se vyslovuje pro možné cvičení se a zdokonalování na půdě emoční inteligence.

Podle odlišných modelů je zřejmé, že oblast emoční inteligence zaštiťuje odlišné aspekty a charakteristiky, byť je pojí jako celek jeden termín. To však může způsobovat při výzkumu problémy, kdy metodiky aspirují na měření téhož konceptu, a sice emoční inteligence, avšak na druhou stranu dávají odlišné výsledky. To proto, že nejsou brány v potaz teoretická zázemí, na nichž by měřicí nástroje byly vystaveny (Petrides a Furnham, 2001).

Na základě tohoto problematického jevu dochází tedy k tomu (což je významné zejména z výzkumného hlediska), že se od přelomu tisíciletí rozštěpí emocionální inteligence na dvě větve, z nichž jedna je nazývaná jako „ability EI“ a druhá jako „trait EI“. O přínos tohoto rozdělení emocionální inteligence se přičinili Petrides a Furnham (2000). Ti uvádí, že nejpodstatnější rozdíl je spíše ve způsobech, kterými je emoční inteligence měřena a zjišťována. Zatímco první, tzv. *ability* model (schopnostní), je měřen tzv. způsobem *maximum-performance*, tj. maximálního výkonu, kdy existují dobré a špatné odpovědi a testování se podobá spíše klasickým kognitivním IQ testům, druhý, *trait* model (rysový), je zjišťován metodou self-reportu, a mapuje tedy behaviorální dispozice a vlastní subjektivně vnímané schopnosti (Petrides a Furnham, 2001).

Jiným sporným bodem bývalo také to, o čem se Salovey a Mayer (1990) zmiňují jako o možné kontradikci v termínu, když se dohromady užívá slovo inteligence a slovo emoce. Hovoří o jedné západní tradici, která nahlížela na emoce jako na neorganizované přerušování mentální aktivity, a tedy potencionálně rušivou záležitost, která by tím pádem měla být kontrolována, případně by zde měla být snaha o ovládání emocí. Druhá tradice naopak vidí emoce jako organizující odpověď, poněvadž je adaptivně schopná zaměřovat kognitivní aktivitu a následné jednání. S touto druhou větví se autoři ztotožňují. Podobně i moje myšlení se přiklání k variantě druhé, nicméně dle mého názoru existují situace, kdy lidské emoce mohou vyklouznout ze své pro život adaptivní funkce a mohou se stát rušivými elementy, které brání mentálním aktivitám a může tak tomu být třeba v případě psychopatologií.

Závěrem této kapitoly bych rád shrnul, že byť je koncept emoční inteligence explicitně etablován relativně nově (1990), jeho kořeny je možno najít už hlouběji v minulosti. Existuje více modelů emoční inteligence, jimiž jsou EI jako schopnost, smíšený model a EI jako rys a ty je potřeba od sebe zřetelně odlišovat, jelikož nástroje určené k jejich měření se vztahují k odlišným oblastem a nepopisují tytéž charakteristiky, byť je jejich pojícím aspektem souvislost s emocemi obecně. To s sebou nese fakt, že se jednotlivé konceptualizace někdy i značně překrývají – například emoční sebeuvědomění, jak uvádějí Petrides a Furnham (2003), je běžnou součástí všech výrazných koncepcí EI, nicméně stěžejní způsob, jak odlišovat jednotlivé přístupy, spočívá právě v odlišném způsobu jejich měření.

### **3. Hlavní aspekty emoční inteligence**

Jak již bylo zmíněno v předcházející kapitole, existuje velké množství koncepcí, které se snaží tematiku emoční inteligence postihnout. V některých aspektech se překrývají, jiné mohou být specifické pro konkrétní teorii. Tento stav věci má za následek, že není možné v této práci podat kompletní výčet všech hlavních charakteristik, které spadají pod koncept emoční inteligence. Z toho důvodu jsem se rozhodl, že se budu zabývat charakteristikami dvou koncepcí. První je koncepce Saloveye a Mayera (1990) a druhá bude koncepce, kterou předložil Goleman (2000). Důvodem výběru těchto dvou koncepcí je to, že Salovey a Mayer (1990) byli prvními, kteří explicitně zformulovali téma emoční inteligence, ačkoliv na druhou stranu se může jevit mnoha lidem poněkud vágní. Pokud jde o Golemana (2011), jeho koncepce je více zaměřena do praxe a snadno distribuovatelná širokému spektru lidí srozumitelným způsobem, byť vychází právě z koncepce autorů pojmu „emoční inteligence“, jak uvádí Nakonečný (2012). Jiným důvodem tohoto výběru je také fakt, že Schutteové dotazník EI, který bude využíván v praktické části práce, vychází právě z koncepce Saloveye a Mayera, jak uvádí Schutte et al. (1998).

#### **3.1 Hlavní aspekty EI dle Saloveye a Mayera**

Stěžejními charakteristikami, které Salovey a Mayer (1990) definovali jako tvořící koncept emoční inteligence, jsou jednak schopnost sledovat své vlastní emoce a emoce jiných, dále schopnost mezi nimi rozlišovat a také využívání těchto informací k řízení vlastního myšlení a jednání. Bylo již také zmíněno, že tento model emoční inteligence je označován za schopnostní (např. Riggio a Lee, 2007) a při těchto emocionálních informacích se uplatňují tedy mentální procesy, které zahrnují a) zhodnocení a vyjádření emocí u sebe a druhých, b) regulace emocí u sebe a druhých a c) využívání emocí adaptivním způsobem (Salovey a Mayer, 1990). Tyto charakteristiky jsou těmi, které určují individuální úroveň EI, a je tedy zapotřebí je rozvést podrobněji.

##### **3.1.1 Zhodnocení a exprese emocí u sebe a u druhých**

Salovey a Mayer (1990) se zmiňují o tom, že procesy jsoucí základem emoční inteligence bývají spuštěny v momentě, kdy emočně zatížená informace poprvé vstoupí do našeho percepčního systému. A je to právě emoční inteligence, která nám dovoluje přesně zhodnotit a vyjadřovat pocity. To se děje, jak autoři uvádějí, dvěma možnými cestami, které je možné označit za verbální a nonverbální. Jazyk je jedním médiem, jímž lze emoce hodnotit a vyjadřovat. Učení se o emocích závisí z části na tom, jak jasně o nich hovoříme. Autoři hovoří rovněž o tom, že jedním z důvodů, proč byly emoce (jejich hodnocení a exprese)

dlouho přehlíženy jako psychická schopnost, je právě fakt, že se často odehrávají také na neverbální úrovni a nonverbální komunikace se neslučovala s formátem raných způsobů měření mentálních schopností. Jak však dodávají, to se postupně měnilo s dnes již klasickou studií Charlese Darwina o výrazu emocí u lidí a zvířat. Ta mimojiné sloužila také jako východisko pro známé výzkumy prováděné v minulosti Ekmanem (např. Ekman a Friesen, 1971).

Reevy (2010) hovoří o tom, že podle mnoha badatelů v oblasti emocí je kognitivní zhodnocení klíčové vůbec pro zážitek emoce jaké takové. Zhodnocení je součástí interpretace dané situace a vyhodnocení dopadů této situace na jedincovo well-being. To předpokládá ovšem vyhodnocení situace jako antecedent, na jehož základě emoce vzniká. Existují nicméně i, jak tvrdí autor, badatelé, jež popírají tento přístup a jsou toho názoru, že kognice může nastupovat někdy až po emočním projevu. Přesto však podle autora zůstávají teorie beroucí v potaz zhodnocování situace dominantními pro porozumění emočním procesům.

Pokud jde o expresi emocí, uvádí Nakonečný (2012), že zpravidla se výzkum této tematiky týkal mimiky, tj. výrazu obličejového svalstva. Nicméně se uvažuje také o kinezice, která by se dala charakterizovat jako způsob sdělování informace celým tělem. Takto je tedy možno představit si např. strnulost postoje, gestikulaci rukama nebo viditelné napětí v nějaké části těla, aj., na jejichž základě je možno usuzovat na konkrétní prožívanou emoci u daného jednotlivce.

Darwin (1964) podává ve své monografii působivý přehled rozmanitých emočních stavů a výrazů u zvířat i lidí, přičemž zdůrazňuje vrozenost a dědičnost hlavních výrazových projevů. Navíc silně akcentuje nutnost poznávání s emocemi souvisejících výrazů, jelikož „výraz sám o sobě, nebo mluva emocí, jak to bylo někdy zváno, je jistě důležitý pro blaho lidstva.“ (Darwin, 1964, s. 272). Mimojiné navíc Darwin vyvozuje, že jestliže jsou zmíněné obličejové projevy podobné napříč různými druhy, měly by být taktéž vysoce podobné u lidí z různých kultur napříč planetou. Tato teze se pak stala také již zmíněným bodem odpichu pro mezikulturní srovnávání výrazů primárních emocí, o kterém jsem se už zmiňoval výše.

Lidé, kteří jsou tedy emočně inteligentní, mají schopnost přesněji a rychleji zhodnotit a vyjádřit své emoce, a tím pádem jsou schopni přiléhavěji odpovídat a reagovat na své vlastní pocity. Tyto dovednosti jsou emočně inteligentní proto, že vyžadují zpracovávání emočního zatížení dané informace uvnitř organismu, což je důvod toho, že jistá úroveň těchto schopností je nezbytná pro adekvátní sociální fungování (Salovey a Mayer, 1990).

Podobně jako vnímání a zhodnocování emocí u sebe jsou pro autory důležité také tytéž schopnosti v souvislosti s interpersonálními kontakty. Obratné vyhodnocování emocionálních reakcí okolí a empatické reagování na projevy okolí jsou komponentou emoční inteligence a dovolují jednotlivcům na základě přesného vyhodnocování vhodně volit sociálně adaptivní chování jako reakci. Proto budou takoví jedinci rovněž vnímání více autentičtěji a jako vřelí, zatímco jedinci postrádající zmiňované schopnosti se budou druhým jevit neotesaní a neteční (Salovey a Mayer, 1990). Z těchto implikací je znatelná i velká vztažnost emocí k přiléhavému fungování v sociálním světě.

O podobné důležitosti toho dokázat si uvědomit emoce jiných lidí hovoří také Barrett, Dunbar a Lycett (2007), kteří tuto schopnost přirovnávají svou důležitostí ke schopnosti odhadovat, co si jiný jedinec myslí, tedy k teorii mysli, a tyto dovednosti rozvíjí v rámci evoluční psychologie. Přitom vycházejí z názorů vlivného badatele v oblasti emocí, a sice Antonia Damasia. Damasio (2000) prokazuje se svou teorií somatických markerů to, jakým způsobem nás uvědomění si, byť i jen na okamžik, konkrétní emoce ovlivňuje v následném rozhodování a jednání v budoucnu, a na tomto základě jsme tak schopni později adaptovat své chování výběrem z menšího počtu alternativních možností, čímž eliminujeme riziko možných ztrát či jiných hrozeb. To je dle mého názoru podporou toho, jak „chytré“ lidské emoce mohou být a jak uzpůsobují člověka k flexibilnějšímu a adaptivnějšímu jednání, jak se o něm ostatně zmiňují i Salovey a Mayer (1990).

V souvislosti s těmito schopnostmi uvědomování a rozeznávání emocí je často zmiňovanou charakteristikou emoční inteligence (i v jiných teoriích) schopnost empatie. Dle autorů jde o schopnost porozumět emocím druhého člověka a zároveň je sám prožít u sebe. Jde o mimořádný společný rys mezi emočním zhodnocením a vyjádřením emocí, což jsou aspekty, které se oba vztahují právě k empatii (Salovey a Mayer, 1990).

Reevy (2010) hovoří o empatii jako o pocitu prožití vnitřní zkušenosti jiné osoby, zejména jejích emocí. Obvykle pak s sebou empatie nese sdílený pocit a sympatii spíše než porozumění, které by bylo využito pro manipulaci s druhou osobou. Autor uvádí, že původně se hovořilo o empatii v souvislosti s potřebou psychoterapeuta být empatický se svým klientem. Teprve později se empatie začala zkoumat hlouběji a zjišťovaly se její formy nebo to, za jakých podmínek se rozvíjí. Jednou z takových hypotéz se pak stala teorie např. tzv. empaticko-altruistické hypotézy.

Bylo již zmíněno, že emočně inteligentní osoba je schopná své jednání vůči druhému flexibilně a adaptivně přizpůsobovat dle toho, jak přesně vnímá a zhodnocuje emoce své a druhých, které na něj působí. Do tohoto konceptu tedy dobře zapadá právě i schopnost empatie, u níž je dobře známá empaticko-altruistická hypotéza, kterou formuloval Batson a u které se předpokládá empatie jako spouštěč prosociálního chování bez účelu zisku pro zajišťování či zvyšování prospěchu a blaha osoby, která se aktuálně nachází v nouzi (např. Batson et al., 1991). Výsledky tří experimentů uvedených autorů mimojiné byly konzistentní s empaticko-altruistickou hypotézou. Empatie se tedy ukazuje jako důležitá subcharakteristika první z tří hlavních komponent Saloveye a Mayera (1990) – zhodnocení a exprese emocí.

### **3.1.2 Regulace emocí**

Regulace emocí je druhou hlavní charakteristikou koncepce autorů termínu emoční inteligence. Lidé nezakouší své nálad a pocity pouze přímým způsobem, ale rovněž zprostředkovaně skrze dostupnost znalostí ohledně nálad svých i těch druhých a tyto zkušenosti dávají prostor pro snahu a využití schopností k řízení nálad na základě jejich zaznamenávání a ohodnocení (Salovey a Mayer, 1990). Autoři se dále zmiňují o tom, že většina výzkumu se zaměřuje na regulaci nálad než emocí jako takových, nicméně i regulace emocí je aspektem důležitým.

Dle VandenBose (2007) a jeho APA Slovníku psychologie je za regulaci emocí považována schopnost jedince modulovat emoci nebo celou sadu emocí, přičemž techniky vědomé emoční regulace mohou zahrnovat učení se odlišnějším a lepším výkladům situací (viz předcházející kognitivní zhodnocení) tak, aby se daly lépe zvládat, dále změna cílového objektu emoce tak, aby byl pravděpodobněji dosažen více pozitivní výsledek, a dále poznávání toho, jak různé druhy chování mohou být využity k zajištění daného emočního stavu. Mimojiné nechybí zmínka také o tom, že schopnost emoční regulace typicky vzrůstá v průběhu života. S ohledem na tuto life-span tematiku se Reeve (2010) zmiňuje i o odlišném způsobu upřednostňované regulační strategie s ohledem na věk, a to v souvislosti s intrinsickými procesy (kdy je emoční regulace prováděna vlastními silami) a extrinsickými procesy (kdy jsou emoce regulovány jinou osobou, jako to je např. obvyklé u dětí, o něž pečují dospělí).

Salovey a Mayer (1990) se dále v souvislosti s regulací emocí zmiňují o zkušenostech a také metazkušenostech nálad. Metazkušenosti s regulací emocí jsou založeny na původních zkušenostech a fungují skrze přemítání o tom, jak jsou jednotlivé nálad např. srozumitelné, pochopitelné, typické, apod., přičemž toto usuzování má svůj podklad na základě mnoha



situací, které nám dávají data, z nichž utváříme své teorie o tom, jak nálady fungují a co je vytváří. Jako jednoduchý příklad uvádějí osobu, která má radostný pocit z tančení. Jedinec usoudí, že daný příjemný pocit je způsoben touto aktivitou, a proto může příště vyhledávat taneční zábavu z toho důvodu, aby si opět navodil radostný pocit.

Existuje více způsobů a cest, jakými lze regulovat emoce, nicméně, jak autoři píší, existuje zde – vcelku pochopitelná – tendence lidí emoční stav regulovat ve směru udržování nebo stupňování emocí příjemných a eliminace nebo oslabování emocí pro nás nepříjemných. Přesto, jak uvádí Reeve (2010), regulace emoce celkově zahrnuje možnosti zesilování i zeslabování emoce pozitivní i negativní. Zároveň však emočně inteligentní osoba nemá pouze schopnost regulovat emoce u sebe sama, ale je též vybavená schopností regulovat emoce druhých. Podobně je tedy i regulace emocí (stejně jako dříve probírané zhodnocení a exprese emocí) ovládána u emočně inteligentních osob jak u sebe, tak u druhých. Příkladem může být emočně inteligentní vypravěč, který je schopen alterovat emoční prožívání u svých posluchačů (Salovey a Mayer, 1990).

Stuchlíková (2007) se zmiňuje o dvou hlavních emočně regulačních procesech, jimiž jsou přehodnocení a potlačení. První zmíněná strategie je prostou změnou způsobu uvažování nad situací, která byla emociogenní. Taková modifikace má modifikující vliv i na samotné emoce, které utlumí, anebo ještě prohloubí. U potlačení neboli suprese se jedná o eliminaci projevovaného chování, které může mít za následek i eliminaci nebo oslabování prožívané emoce. Nechybí však ani zmínka o tom, že za emoční regulaci je možno považovat i pouhé předcházení konkrétní emociogenní situaci. Celkově autorka shledává tři možné obecné způsoby, jak jednotlivé emoce regulovat, a sice kognitivně, fyziologicky a behaviorálně.

V první kapitole této práce bylo zmíněno to, jak komplexním jevem emoce jsou. To je taky podle Reeveho (2010) důvodem toho, proč samotná emoční regulace může zahrnovat odlišné procesy – modulace síly nebo trvání emočního stavu, ovládání expresivních komponent pojících se s vyvstávající emocí (gesta, mimika, aj.), regulace fyziologických odpovědí, behaviorálních odpovědí nebo i jiných aspektů emocí.

Důvodem zařazení emoční regulace do koncepce emoční inteligence je podle autorů to, že emočně inteligentní osoba dokáže své emoce vést k více adaptivním a posilujícím stavům nálady. Emočně inteligentní jedinec bude obratnější ve způsobech regulace emocí, a jako takový tedy bude mít rovněž výhodu pro dosahování jednotlivých cílů. Dokáže snadněji zlepšovat náladu a utvářet emoce i u druhých osob a s charismatem motivovat okolí směrem

k cíli, který stojí za to. Na druhou stranu, a dle mého názoru oprávněně, také upozorňují na možnost existence emočně inteligentní osoby, která je však schopná svých schopností zneužívat v poněkud patologičtější směr a v této souvislosti zmiňují např. antisociální nasměrování tohoto talentu k vytváření manipulativních scénářů a vedení druhých lidí k cíli, jenž je naopak hanebný (Salovey a Mayer, 1990).

### **3.1.3 Zužitkování emocí**

Schopnost využít své emoce k facilitaci rozřešení nějakého problému je další a poslední hlavní charakteristikou koncepce emoční inteligence Saloveye a Mayera. Autoři vidí i v této schopnosti u lidí značné interindividuální difference, což se může projevovat v jejich schopnostech toho využít pro řešení problému, jelikož nálady a různé emoční stavy dle nich mírně, nicméně systematicky ovlivňují některé komponenty, které jsou zapojeny při řešení obtížných situací. Jednak mohou změny emocí facilitovat utváření budoucích cílů, dále ovlivňují organizaci paměti, mají také vliv na zaměřování pozornosti a v neposlední řadě mohou být využívány svým zapojením i do výkonu v komplexních intelektuálních úlohách (Salovey a Mayer, 1990).

O vlivu emocí na ostatní psychické funkce, včetně zmiňovaného myšlení, hovoří rovněž Nakonečný (2012). Uvádí, že existuje vliv emocí na učení, motivaci, kognitivní procesy nebo také paměť či řízení jednání. Ježto se v koncepci hovoří o zužitkování emocí zejména v rámci rozřešení nějakého problému, má nejbližší k emoční inteligenci tedy souvislost emocí s myšlením.

Mezi důležité aspekty, které spadají pod využívání emocí adaptivním způsobem, autoři zařadili flexibilní plánování, kreativní myšlení, náladou či emočním stavem řízené zaměření pozornosti a dále motivující role emocí. V těchto souvislostech proto osoby s vyšší úrovní emoční inteligence budou mít výhodu pro adaptivnější řešení problémů či úkolů. Jak se zmiňují, je to také důvod, proč tedy vkládají tento aspekt do jejich koncepce. Mimo jiné vidí autoři v emočně inteligentních lidech také osoby, které jiným způsobem orámovávají vzniklý problém a jsou kreativnější v jeho řešení vlivem relativně snazšího dohledávání různých alternativ k řešení (Salovey a Mayer, 1990).

Závěrem této subkapitoly bych rád shrnul a zopakoval že, koncepce Saloveye a Mayera (1990) v sobě zahrnuje tři základní charakteristiky a sice: rozpoznávání a vyjádření emocí (intraindividuálně i interindividuálně), dále regulace emocí (rovněž u sebe i u druhých) a v neposlední řadě využití svých emocí k tomu, aby se facilitovalo rozřešení problému či

k namotivování se pro řešení rozmanitých situací. Lidé, kteří budou mít dobře rozvinuty zmíněné aspekty, budou podle autorů považováni za emocionálně inteligentní, a proto budou i schopni této okolnosti vhodným způsobem využívat pro adaptivní druhy chování. A konečně veškeré tyto aspekty jsou autory považovány za schopnosti, což má své důsledky poté v rámci měření konstruktů, o kterém budu pojednávat v následující kapitole. Naproti tomu jiná koncepce, o které budu hovořit nyní, a sice ta Golemanova, je označována za smíšený model zahrnující kompetence, jak uvádí například Riggio a Lee (2007).

### **3.2 Hlavní aspekty EI dle Golemana**

Další vlivnou a známou koncepci emoční inteligence utvořil Goleman (2011). Jeho zásluhou se pojem emoční inteligence stal velmi populárním a někteří o jeho díle, v němž se nebojí akcentovat důležitost emoční inteligence oproti klasické kognitivní, hovoří jako o best-selleru (např. Reevy, 2010).

Goleman (2000) chápe emoční inteligenci jako soubor schopností, které mají emocionální i sociální nádech a vyjmenovává jich celkem pět: sebeuvědomění, sebeovládání, motivace, empatie a společenská obratnost. Z těchto oblastí je patrná vztažnost k výše pojednané koncepci Saloveye a Mayera (1990). To není ničím překvapujícím, jelikož se autor inspiroval právě jejich původní koncepcí. Mimo jiné se odkazuje a často inspiruje taktéž u myšlenek Gardnera.

#### **3.2.1 Sebeuvědomění**

Pod tímto heslem vnímá autor následující: „*Vědět, co v daném okamžiku cítíme, umět uplatnit vlastní preference v rozhodování, realisticky odhadnout vlastní možnosti a schopnosti, vystupovat s oprávněnou sebedůvěrou.*“ (Goleman, 2000, s. 306).

V souvislosti s touto schopností sebeuvědomění se zmiňuje Goleman (2011) o třech typech lidí, kteří jsou si navzájem odlišní podle toho, jakým způsobem jsou schopni vnímat své emoce. Tyto kategorie jsou označeny jako lidé sebeuvědomělí, sebepohlčení a akceptující. První zmínění jsou deskribováni jako osoby se systematickým a permanentním uvědomováním si svých pocitů a emočního stavu, přičemž toto chápání se může stát východiskem pro tvorbu dalších osobních vlastností, jako např. kladné životní postoje a psychický well-being. Umí také dobře regulovat své nálady a neulpívají rigidně na daném stavu emocí. Jako takoví by se tedy tito jedinci dali označovat za osoby s nejvyšší úrovní emoční inteligence.

Druhým typem jsou osoby sebezaplacené. Tito jedinci naopak nedokáží příliš dobře regulovat své vlastní citové prožívání, což je způsobeno tím, že si své emoce špatným způsobem uvědomují. To má za následek ono zaplacení emocemi, s kterými se pak neumí flexibilně a adaptivně vypořádat. Zůstávají tedy často v nepříjemném stavu nebo špatné náladě jednoduše proto, že ji nedokážou regulovat (Goleman, 2011).

Posledním typem jsou tzv. osoby akceptující. Ty naopak ve srovnání se sebezaplacenými dokáží dobře identifikovat své emoce a mají jasno v tom, co zažívají. Na druhou stranu však toto prožívání a konkrétní stav berou jako danost a nemají tendenci ho nějakým způsobem změnit, eliminovat či zvýraznit. Jakoby tedy i u těchto typů lidí chyběla snaha jakkoli regulovat svůj emoční stav (Goleman, 2011).

Je zřejmé, že první hlavní charakteristika Golemanovy koncepce, tj. sebeuvědomění, je velmi blízké k tomu, co Salovey a Mayer (1990) označují jako zhodnocení emocí u sebe sama. V Golemanově (2011) pojetí je tedy porozumění emocím a jejich zhodnocení zahrnuto také, nicméně omezeněji – jde o uvědomování a monitorování svých vlastních pocitů, které je jedním ze základních kamenů emoční inteligence v autorově podání.

### **3.2.2 Sebeovládání**

Dalším aspektem koncepce Golemana je sebeovládání. Goleman (2000) popisuje tuto část jako umění stát se manažerem vlastních emocí tak, aby toto řízení přinášelo kýžený výsledek. Jedná se tedy o facilitaci vlastního konání produktivním způsobem a autor zde také zahrnuje v souvislosti se sebeovládáním vlastnost pevné vůle, na jejímž základě je emočně inteligentní člověk schopen odřici si aktuální saturaci svých potřeb za účelem dlouhodobějšího postupu k více vzdálenému cíli.

Je pochopitelné, že vhodným způsobem řízené sebeovládání může být nastoleno na podkladě správného výše zmiňovaného sebeuvědomění. Bez vědomí toho, co prožíváme, bychom mohli jen těžko tyto prožitky nějakým způsobem usměrňovat. Proto sem spadá podle Golemana (2011) také schopnost otřepat se ze stresu. A tak lidé s rozvinutou schopností sebeovládání budou snáze s to setřást ze sebe pocity zklamání či smutku nebo rozčilení a jiných emocí negativní valence, a budou mít tudíž i náskok pro nastolení adaptivnějšího chování nasměrovaného k dosažení cíle před osobami, které tuto schopnost mít tolik rozvinutou nebudou. Sebeovládání a vhodným způsobem dirigování svých emocí je tak svou povahou blízké tomu, o čem hovoří Salovey a Mayer (1990) ve své koncepci jako o regulaci emocí.

VandenBos (2007) se v souvislosti se sebeovládáním zmiňuje o jedincově kontrole svého vlastního chování. Jedná se obvykle o aspekt, který je považovaný pro jedince za žádoucí a probíhající uvnitř sociálního prostředí, nicméně, jak dále uvádí, některé jeho formy mohou být pro psychické a fyzické zdraví škodlivé. Hovoří například o způsobu regulace stresu či napětí maladaptivním způsobem, za kterým si můžeme představit třeba abúzus psychoaktivních látek. V Golemanově (2000) pojetí je nicméně sebeovládání bráno z pozitivního konce a má usměrňovat jednání – skrze ovládání svých emocí – k vytouženému cíli.

Goleman, Boyatzis a McKee (2002) dávají autorovu koncepci emoční inteligence taktéž do vztahu s vedením lidí a jednotlivé charakteristiky rozvádějí v rámci kompetencí leadershipu. Pokud jde o sebeovládání, zahrnují pod ně šest kompetencí, a sice sebekontrolu (kontrola a řízení rušivých emocí a impulsů a jejich využití užitečným způsobem, zachování si čisté hlavy, a to i ve stresu a zůstávání klidným v náročné situaci), dále transparentnost (autentická otevřenost vůči druhým se svými pocity, přesvědčeními a chováním, což zajišťuje integritu leadera), dále adaptabilita (vypořádání se s mnoha nároky bez ztráty zaměření a energie a pružnost při změnách), následuje dosahování výsledku (neustálé směřování k cíli a vedení sebe i druhých k tomuto cíli), iniciativa (vytváření či zmocňování se příležitostí bez váhání za využití vědomí své vlastní zdatnosti) a konečně optimismus (kognitivní nastavení, skrze něž leader vidí kladným způsobem budoucnost, nalezá spíše příležitosti než hrozby a sklenici shledává více jako poloplnou než poloprázdnou).

### **3.2.3 Motivace**

Třetím hlavním aspektem je podle Golemana (2011) schopnost motivování sebe sama. Je dobře známá souvislost motivačního systému s tím emočním, a proto se i autor zmiňuje o důležitosti emocí a emočního prožívání pro motivování se a následnou zaměřenost ke konkrétnímu cíli.

Reevy (2010) hovoří o motivaci jako o hnací síle, energii nebo aktivaci, pudící k chování zaměřenému k cíli, přičemž motivace může být pojímána jako extrinsická, z vnějších zdrojů pocházející, a intrinsická, z vnitřního zdroje – zde např. potěšení, radost nebo zájem z činnosti. Bez ohledu na rozdělení motivace na tyto druhy jsou to, jak uvádí autor, právě emoce, které pohánějí, a tedy motivují chování, přičemž odlišné emoce mají také odlišný způsob své vztažnosti k motivaci.

VandenBos (2007) se v souvislosti s motivací jako popudu k chování zaměřenému na cíl a dávajícímu chování smysl a směr zmiňuje o motivaci jako o osobní snaživosti vynaložit fyzické nebo psychické úsilí v honbě za daným cílem nebo výsledkem. Kromě toho je však pod motivací viděno také jednání nebo proces povzbuzování jiných ke snaze dosahovat firemní či obecně skupinový cíl a tuto schopnost motivovat druhé dává právě do souvislosti s leadershipem.

Pojem motivace se tedy ukazuje být velmi širokým, nicméně v koncepci Golemana (2011) je chápán v rámci individua sebe sama, kdy se snaží osoba ovládnout své jednání pro dosahování určitého cíle na základě vlastních motivačních hybatelů. A proto, tak jak bylo sebeovládání vztaženo k sebeuvědomění, je rovněž motivování sebe sama vztaženo k sebeovládání. Bez dostatečného sebeovládání by se jedinec příliš lehce nechal rozptylovat jinými okolnostmi a nemohl by zaměřit svou motivaci potřebným směrem. Toho nejvyšším stavem je podle autora vnímání prožitku „flow“, kdy je jedinec zcela pohlcen svou aktivitou a daří se mu dosahovat pozoruhodných výsledků (Goleman, 2000; Goleman 2011).

### **3.2.4 Empatie**

O empatii jako jedné z hlavních charakteristik emoční inteligence jsem hovořil již v souvislosti s koncepcí Saloveye a Mayera (1990) v rámci rozpoznávání a exprese emocí u sebe a u druhých. Nicméně tento aspekt je jednou z hlavních charakteristik rovněž Golemanovy (2000) koncepce, a proto bude v krátkosti ještě znovu zmíněna i na tomto místě.

Goleman charakterizuje empatii jako „*vnímavost k emocím jiných lidí*“ (Goleman, 2011, s. 48). Podobně jako se předcházející charakteristiky koncepce vztahovaly k sobě navzájem, i empatie je vztažena podle autora k sebeuvědomění. Podle něj se stává se vzrůstajícím sebeuvědomováním i empatie dokonalejší a rozvinutější. Podobně je však patrná i vztažnost této charakteristiky částečně s motivací, jelikož, jak bylo uvedeno výše, pocítění empatie vůči člověku v tísní nebo nějaké obtížné situaci také může mít za následek vyvolání altruistického projevu chování vůči této osobě.

Kromě uvedené vnímavosti k emocím pojí Goleman (2000) empatii také se schopností navazovat blízké a přátelské interpersonální vztahy s širokým okruhem lidí, což se již mimojiné vztahuje opět k poslední koncepční charakteristice, o níž bude v zápětí řeč. A v neposlední řadě je pak empatie zahrnuta také jako jedna ze stěžejních charakteristik v kompetčním modelu leadershipu, kdy, jak uvádí Goleman, Boyatzis a McKee (2002), leadeři oplývající v dostatečné míře touto kompetencí jsou schopni porozumět širokému

rozpětí emočních signálů a jsou s to pozorně naslouchat a podchytit hledisko druhé osoby. I proto empatie nastolí dobré vycházení s druhými lidmi, kteří mohou být klidně odlišného původu nebo jiné kultury.

Emočně inteligentní jedinec tedy bude mít více rozvinutou schopnost empatie, která mu zabezpečí relativně snadnější vnímavost emocí u ostatních, náhled na úhel pohledu jiného člověka, možnost vyladění se na potřeby druhých nebo snadnější navazování přátelských vztahů. Všechny tyto aspekty jsou pak i dobře upotřebitelné v rámci leadershipu (Goleman, 2000; Goleman, Boyatzis a McKee, 2002; Goleman, 2011).

### **3.2.5 Společenská obratnost**

Obratnost ve společenském styku nebo jak to jinak Goleman (2011) též nazývá „umění mezilidských vztahů“ je pátou a zároveň poslední hlavní charakteristikou autorovy koncepce emoční inteligence. U této schopnosti jde podle něj o pružné a vhodné využívání vlastních emocí ve společenském styku takovým způsobem, aby byly vhodnou cestou řešeny konflikty, aby jedinec dokázal odhadnout různé situace a vztahy s lidmi, s kterými přichází do kontaktu anebo aby dokázal znalost a zvládání vlastních emocí přiléhavým způsobem používat pro persuazi svého okolí. Tato schopnost má rovněž své zastoupení v řízení lidí nebo nastolení kooperace a týmové spolupráce (Goleman, 2000).

Opět je možno najít styčné body s ostatními charakteristikami autorovy koncepce, neboť, jak uvádí Goleman (2011), například být úspěšný ve schopnosti společenské obratnosti je do určité míry podmíněno tím, nakolik je rozvinutá schopnost empatie. Podle něj závisí kvalita mezilidských vztahů na schopnosti empatie dokonce značně. Je tomu tak i proto, že empatické vcítění a porozumění má mnohdy za následek příslušné adaptivní přizpůsobení našeho chování vůči ostatním, čímž se dostáváme do shody s jejich potřebami.

Fakt, že inkorporuje Goleman (2000) společenskou obratnost do své koncepce emoční inteligence, je jasným dokladem toho, jak důležitou roli emoce hrají v našich sociálních životech. Ostatně i Salovey a Mayer (1990) hovoří o rozpoznávání nebo regulaci emocí nejen u sebe, ale rovněž u druhých, což má velice blízko k tomuto pojetí. Vhodným příkladem zapojení emocí v sociálním prostředí a jejich využívání pro dosahování nějakého cíle nebo řešení problémů se opět stává kompetenční model leadershipu, který nabízejí Goleman, Boyatzis a McKee (2002).

V tomto modelu se hovoří o řízení vztahů a podobně jako sebeovládání pod sebe zahrnuje šest dalších dílčích kompetencí. Mezi tyto autoři řadí inspiraci (inspirující leader

vytváří zvučné dění a energetizuje lidi s podmanivými vizemi a dělá všední úkoly smysluplnými a zároveň zajímavými svým inspirujícím nádechem), dále sem řadí vlivnost (nacházení optimálních výzev pro konkrétní lidi, přesvědčivost a zanícenost ve společenském styku, když se obrací leader ke skupině), a následuje rozvíjení druhých (zběhllost v kultivování schopností druhých lidí nastiňující opravdový zájem o ty, jejichž vývoji leader napomáhá, jejichž cílům, silným a slabým stránkám rozumí a kterým umí také dávat včas a konstruktivně zpětnou vazbu). Další kompetencí v oblasti společenské obratnosti je dle autorů katalyzování změny (rozpoznání potřeby jisté změny, výzva zvrátit stereotypní a už ne tolik fungující status quo a schopnost prosadit nový pořádek a řád, jemuž je leader silným obhájcem s pádnými argumenty proti opačným názorům a spadá sem i praktická schopnost překonávání překážek v uskutečnění změny); následuje kompetence řízení konfliktů (schopnosti ponoukat k řeči všechny znesvářené strany, chápat jejich úhel pohledu a následně nacházet ideál či rozřešení, které bude každému vyhovovat) a poslední, nicméně neméně důležitá, kompetence týmové práce a spolupráce (schopnost utvářet přátelské a nápomocné prostředí a atmosféru kolegiality s respektem, což vyvolává u druhých nadšení a aktivní závazek ke kolektivnímu úsilí a buduje společného ducha a identitu). Všechny tyto kompetence pak jsou v sociálním světě a leadershipu provázány se schopnostmi emočně inteligentního člověka (Goleman, Boyatzis a McKee, 2002).

Goleman (2011) tvrdí, že různá osoba bude mít různě proporčně zastoupeny jednotlivé charakteristiky, nicméně, jak vidno, čím vyšší úroveň jednotlivých schopností z jeho teorie, tím bude osoba emocionálně inteligentnější.

Pojednáno bylo o dvou modelech emoční inteligence, které se do určité míry, jak bylo naznačeno, překrývají, nicméně obsahují v sobě i odlišné charakteristiky. Zatímco první model Saloveye a Mayera (1990) bývá označován za schopnostní a vyžadující zpracování emoční informace pro její využití v myšlení a jiných kognitivních procesech, druhý model navržený Golemanem (2000), byť značně inspirován prvním, v sobě, jak uvádí VandenBos (2007), zahrnuje více osobnostních proměnných, a bývá proto označován za smíšený. To má pak své důsledky zejména ve způsobech měření a metodikách založených na jednotlivých koncepcích. A o těch bude nyní pojednáno v následující kapitole.



#### 4. Metodiky měření emoční inteligence

Podobně jako mnoho jiných konceptů v psychologii je možno i konstrukt emoční inteligence měřit různými metodikami. Asi nejčastější jsou ty ve formě více či méně se odlišujících psychologických testů a dotazníků. Ty se liší především způsobem zjišťování jednotlivých informací a to se pojí s již v práci zmiňovanými *ability* a *trait* modely, tj. modely schopnostní a rysové. Zatímco první jsou tzv. metodiky maximálního výkonu, které jsou objektivní, tj. existují u nich dobré či špatné odpovědi, u druhých se nejčastěji měření provádějí formou self-reportu a jsou subjektivní na základě toho, jak se k nim vyjádří konkrétní člověk a jaký postoj vůči jednotlivým tvrzením zaujme. Jde zde tedy o rozdíl měření schopnosti, výkonu a měření rysu, typického chování člověka, behaviorální dispozice (Schulze a Roberts, 2007).

Oba směry v emoční inteligenci mají své klady a zápory. Metodiky maximálního výkonu jsou jen málo zkreslitelné, na druhé straně však bývají obtížnější k administrování. Navíc může vyvstávat také problém toho, jak určovat to, co by mělo být za správnou odpověď považováno a co nikoli (Petrides a Furnham, 2001). Naopak metodiky typického chování jsou administrovatelné snadno, měří osobnost, avšak jako takové bývají náchylnější ke zkreslení. K tomu je důležité poznamenat také to, že mezi těmito dvěma větvemi metodik měření EI prakticky neexistují korelace, což nasvědčuje tomu, že skutečně zjišťují rozličné aspekty u lidí (Schulze a Roberts, 2007).

Obecně potřebu rozlišování mezi zkoumáním maximálního výkonu a typického chování jedince akcentoval již Cronbach (1970). Tyto odlišné způsoby operacionalizace, jak uvádí Schulze a Roberts (2007) zůstaly po určitou dobu přehlíženy, což zákonitě vedlo ke zmatku ve výsledcích metodik, o nichž se apriorně předpokládalo, že budou měřit tentýž konstrukt. Až Petrides a Furnham (2000) v této souvislosti po vzoru Cronbacha navrhli teoretické odlišení mezi rysovou emoční inteligencí a emočně-inteligenčním zpracováním informací, přičemž uvádí, že rysová koncepce přísluší více sféře osobnosti, zatímco pojetí emoční inteligence jako zpracovávání informací je pokusem mapování nového území spadajícího na půdu lidských mentálních schopností.

Petrides a Furnham (2000) tvrdí, že je to než teorie sama o sobě spíše právě způsob měření, který určuje povahu modelu. Zatímco rysová emoční inteligence se týká cross-situačních konzistencí v chování a projevuje se ve specifických rysech či chování jako např. empatie, asertivita, optimismus, apod., tak emoční inteligence zpracovávání informací se týká

schopností, tj. rozpoznat, vyjádřit a pojmenovat emoce. Přitom rysová emoční inteligence je zakotvena v osobnostní konstrukci a měřena skrze sebeposuzovací inventáře zjišťující typické chování. Kromě toho, že silně těží rysová emoční inteligence ze zmíněných osobnostních proměnných, zahrnuje často mnoho dalších, méně jasných aspektů, jež se zdají být potenciálními koreláty. Jedná se například o motivaci, štěstí, sebeuvědomění. Tento fakt je možno zaregistrovat například v koncepci Golemana (2000) tak, jak jsem se o ní již zmiňoval v předcházející kapitole.

Na druhou stranu „schopnostní“ emoční inteligence – neboli též dříve emoční inteligence zpracování informací – je zhodnocována skrze metodiky maximálního (nikoli typického) výkonu. Vzhledem k tomu by měla podle autorů být tato větev emoční inteligence studována s ohledem na psychometrickou inteligenci. Měla by se tedy logicky vztahovat především ke kognitivním schopnostem (především ke známému obecnému g-faktoru), byť bude zatížena korelacemi s osobnostními dimenzemi majícími silné afektivní jádro (zejména dimenze extraverte-introverze). Autoři navrhují dále i alternativní označení pro dané dva podstatně se odlišující konstrukty. Jedná se o termín emoční self-efficacy pro rysovou emoční inteligenci a pro druhou větev pak termín kognitivně-emoční schopnost. Tím se chtějí vyhnout sémantickým inkonzistencím, protože, jak tvrdí, termín „ability“ je spojován s inteligencí, zatímco rys s osobností. To může být zavádějící z toho důvodu, že obě větve, včetně té rysové pojící se s osobností, jsou v literatuře obecně pojímány jako emoční inteligence (Petrides a Furnham, 2001).

Petrides a Furnham (2001) uvádějí také, že uvedené dva typy konstruktů nejsou exkluzivní a že mohou koexistovat a že se může zdát jednodušší studium emoční inteligence skrze metodiky self-reportu, a tedy zachycující rysovou složku než měření druhým modelem, a to mimojiné také proto, že u metodik maximálního výkonu existuje nutnost rozřešit obtížný problém, a sice určování objektivně správných odpovědí na testové položky. V tom vidí autoři i důvod toho, proč byla doposud většina výzkumu emoční inteligence koncentrována okolo rysové větve a proč též většina metodik je zaměřena tímto směrem.

U rysové emoční inteligence byly prokázány souvztažnosti se znovunabýváním nálady, s predikcí zaměřenosti na cíl, apod., a je tedy hodna být podstoupena i následujícímu výzkumu (Petrides a Furnham, 2001). I to je mimojiné důvod toho, proč rovněž v předmětu empirické části této práce bude volena výzkumná metodika spadající právě na půdu emoční inteligence pojímané jako rys. Nyní bych se již však rád věnoval zevrubnějšímu popisu jednotlivých metodik, přičemž je pro přehlednost rozdělím podle typu modelu neboli podle

způsobu měření. Rád bych také ještě zdůraznil, že se nejedná o kompletní výklad, jelikož metodik aspirujících na měření a zjišťování emoční inteligence je velice mnoho, a proto se pokusím vybrat, pokud možno, ty nejznámější.

#### **4.1 Metodiky měřící emoční inteligenci jako schopnost**

Schulze a Roberts (2007) zmiňují jako nejznámější metodiku z této domény MEIS, tj. Multifaktorovou škálu emoční inteligence, kterou sestavili Mayer, Caruso a Salovey, a publikovali ji roku 1999. Ta byla následně o třináct let později přepracovaná do verze označované jako MSCEIT, tj. Mayer-Salovey-Caruso test emoční inteligence. Na základě zpracované teorie emoční inteligence, kterou Salovey a Mayer (1990) vytvořili a také následně přepracovali (Mayer a Salovey, 1997), je předmětem tohoto testu zjišťování schopností v oblasti rekognice emocí, využívání emocí pro kognici, porozumění emocím a také schopnosti regulovat emoce vlastní i u druhých.

Tato metoda byla u nás v Česku také – jako možná jediná čistě zaměřená na emoční inteligenci – vydána a standardizována, a to v Hogrefe Testcentru. Proto je možno, jak se uvádí na internetových stránkách této společnosti, MSCEIT administrovat a vyhodnocovat počítačovou formou individuálně, a získat tak ke konkrétní osobě hodnoty celkového emočního kvocientu, stejně jako skóry pro jednotlivé subtesty. Výhodou je tedy rychlé a přesné vygenerování výsledků, nicméně pokud jde o čas administrace, patří tato metoda k těm delším.

Výše jsem se zmiňoval o možném problému ve vyhodnocování testu – objektivní kritérium pro to, co skutečně je správnou odpovědí a co nikoliv. Z toho důvodu je v této metodice využito tzv. konsenzuální skórování. Jedná se o přiřazování skóru k položce na základě proporčního zastoupení jednotlivých odpovědí od větší skupiny lidí. Pokud tedy např. v nějaké položce osoba zaškrtně ze škály možnost „velmi“, kterou označilo 20 % osob ze souboru, na němž se test zkoumal, pak tento jedinec získá za danou položku skór 0,2. Kdyby na položku odpovědělo stejně 60 % lidí, skór testovaného jedince by byl 0,6, apod. (Schulze a Roberts, 2007). Autoři mimojiné k této metodě ještě dodávají, že proces jejího validizování je v současné době intenzivní a že se tato metoda zdá být v současnosti nejmodernější pro oblast EI.

Kromě metodiky MSCEIT existují ještě další ze skupiny schopnostě emočně intelligenční testů, které již bohužel ovšem u nás standardizovány nejsou. Mezi těmito se Schulze a Roberts (2007) zmiňují ještě o následujících:

- *Freudenthaler a Neubauer emočně-inteligenční výkonností test* z roku 2003, u něhož referují o míře interní konzistence v rozpětí 0,64 až 0,69; dále
- EARS, tj. *výzkumná škála emoční přesnosti*, kterou vytvořili Mayer a Geher roku 1996 a která však dosahovala nižších hodnot reliability vnitřní konzistence,
- pro děti existující Sullivanova *Emočně inteligenční škála* (EISC) z roku 1999, u které je uváděna nízká až mírná hodnota Cronbachovo alfa,
- *MEIS*, tj. původní verze výše více popsaného a zmíněného testu MSCEIT.

Jak bylo zmíněno výše, testy emoční inteligence jako schopnosti kladou důraz na objektivní vyhodnocení skrze zahrnuté záznamy správných odpovědí. Přesto však, jak uvádí Schulze a Roberts (2007), to může být někdy značně problematické z důvodu právě subjektivní povahy emocí. Svou část o metodikách měření emoční inteligence jako schopnosti uzavírají slovy, že byť je zaznamenáván jistý pokrok v jejich vývoji, i nadále mají potíže, pokud jde o faktorovou strukturu a že příliš nevěří v jejich brzké zdokonalování.

#### **4.2 Metodiky měřící emoční inteligenci jako rys**

Ve srovnání s emoční inteligencí jako schopností existuje v doméně rysové emoční inteligence o poznání více metodik k jejímu měření. Bylo již naznačeno, že testy či dotazníky zjišťující emoční inteligenci jako rys jsou tzv. testy typického výkonu, též typického chování a že bývají zjišťovány skrze sebesposuzovací škály. Odpadá zde nevýhoda metodik schopnostně emočně inteligenčních, kterou je nutnost stanovovat objektivně správné odpovědi. Proto se může zdát, i podle boomu rozvoje těchto testů, že je snadnější přistoupit k tvorbě takovéto metodiky. Nicméně se ukazuje, že bez problémů nezůstávají ani nástroje měření rysové emoční inteligence – často nemají například tyto dotazníky zjištěny příslušné psychometrické vlastnosti a málokterý má také svůj původ v konkrétním teoretickém zázemí (Schulze a Roberts, 2007).

I přes nevýhody se však celkově zdají být tyto metodiky úspěšnější, pokud jde o oblast měření a, jak dále uvádějí Schulze a Roberts (2007), některé mají i dobré údaje o prediktivní validitě, např. pokud jde o depresi, coping, duševní zdraví, spokojenost v práci nebo manželství, obnovení nálady nebo orientaci na cíl. Autoři podávají výčet patnácti nástrojů na měření rysové emoční inteligence, z nichž zmíním několik asi nejznámějších a častěji se vyskytujících v empirickém zkoumání:

- TMMS: *rysová škála metaanalýzy nálad*, jejíž autorem je Salovey a která byla publikována v roce 1995; jak autoři uvádí, tato škála dává pouze dílčí výsledky, avšak

nikoli celkový skóre a dále je její nevýhodou to, že nepokrývá zcela doménu rysové emoční inteligence, nicméně vychází do jisté míry právě z modelu emoční inteligence autorů tohoto pojmu; na druhé straně však dává jisté důkazy o prediktivní validitě s ohledem na depresivní stavy, cílovou orientaci nebo například znovunabývání nálady.

- EQ-i: *Inventář emočního kvocientu* je další známější metodikou z oblasti rysové emoční inteligence a jeho autorem je Bar-On; dotazník je poněkud rozsáhlejší, a to už proto, že vychází z koncepce emoční inteligence, kterou Bar-On utvořil a o níž bylo výše pojednáno – podchycuje tedy 15 subškál, přičemž ty jsou zastřešeny pěti faktory – interpersonální a intrapersonální oblastí, náladou, adaptací a zvládáním stresu (Schulze a Roberts, 2007). Tento dotazník je často využíván při výzkumných studiích, nicméně podle některých provedených studií, např. té, kterou uskutečnili Petrides a Furnham (2001), není zcela dořešena jeho psychometrická jednoznačnost – jejich výsledky nenasvědčují tomu, že by se metodikou měřil faktor vyššího řádu a autoři výzkum uzavírají tím, že se jedná o složený konstrukt, který náleží vrstvě nižšího řádu již zavedených osobnostních taxonomií. Na druhou stranu, jak vidno z jejich studie, EQ-i více než mnoho jiných metodik pokrývá spektrum domén spadajících do oblasti emoční inteligence, což souvisí s jeho délkou. Nutno také dodat, podle slov Reevyho (2010), že Bar-On je tím, kdo vůbec jako první použil termín „emoční kvocient“ v rámci své emočně-sociální inteligence.
- TEIQue – *Dotazník rysové emoční inteligence*: jde o čtyřfaktorovou metodu s dobrou vnitřní konzistencí, jejíž autory jsou Petrides, Furnham a Pérez a která existuje modifikovaně v různých podobách; má 153 položek a podobně jako u Bar-Ona se zaměřuje na 15 subškál, z nichž lze však ve výsledku vytáhnout hodnotu celkové rysové emoční inteligence. Mimo jiné se ukazuje, že tato metodika má své výsledky u prediktivní validity v souvislosti s depresemi, copingem, v pracovní oblasti, s patologickým chováním ve škole nebo například osobnostními poruchami (Schulze a Roberts, 2007).
- ECI – *Inventář emočních kompetencí*: autorem je nám již známý Boyatzis s kolektivem, který pracoval spolu s Golemanem (2002) na kompetenčním modelu emoční inteligence zasazeném do pracovního prostředí. Metodika pochází z roku 1999, má relativně dobrou vnitřní konzistenci a vykazuje souvztažnost se stylem manažerského řízení a klimatem na pracovišti. Schulze a Roberts (2007) dále upozorňují na jeho značnou oblíbenost v manažerské psychologii na jednu stranu, ale

taktéž akcentují nedostatečnou psychometrickou prozkoumanost inventáře na straně druhé.

- Mezi dalšími metodikami k zjišťování úrovně rysové emoční inteligence je možno pak zmínit např. Seberegulační škálu emoční inteligence Martinez-Ponse, Tapiův Inventář emoční inteligence či Škálu emoční inteligence, které je autorem Van der Zee.
- SEIS – *Škála emoční inteligence*, autory jsou Schutte et al. (1998) a podrobněji pojednáno o ní bude v kapitole pojednávající o výzkumné části, jelikož byla nástrojem použitým pro sběr dat ve výzkumu.

Tato kapitola si kladla za cíl seznámit s jednotlivými metodikami měřícími emoční inteligenci a byla zde též snaha akcentovat rozdíly mezi jednotlivými nástroji, jež je třeba brát silně v potaz. Bylo například zmíněno, že existují dvě hlavní větve, pokud jde o způsob měření EI – rysová a schopnostní, u nichž se předpokládá, že každá měří poněkud odlišné aspekty. Průkaznost výše zmíněnému faktu, že rysová emoční inteligence by měla korelovat s osobnostními rysy a naopak schopnostní emoční inteligence s obecnou inteligencí neboli g-faktorem, dává částečně například studie, kterou uskutečnili Warwick a Nettelbeck (2004). Autoři na vzorku sejmuli data jedné rysové metodiky, konkrétně TMMS, a jedné metodiky maximálního výkonu – zde se jednalo o MSCEIT. Ukázalo se, že zatímco rysová metodika TMMS skutečně korelovala signifikantně s dimenzemi velké pětky, tj. extravertí, přívětivostí, otevřeností zkušeností, svědomitostí a neuroticismem (příčemž s prvními dvěma zmíněnými dokonale vysoce signifikantně), tak naopak s metodikou MSCEIT tyto dimenze (s výjimkou přívětivosti) nekorelovaly. Naopak MSCEIT pro změnu korelovala s abstraktním uvažováním a s emoční vědomostí. Korelace rysové metodiky s abstraktním uvažováním byla naopak prakticky nulová. Tyto výsledky podle autorů také dávají podporu pro rozlišování dvou typů emoční inteligence, které původně navrhli Petrides a Furnham (2000), jelikož se ukazuje, že měří odlišné charakteristiky a samy mezi sebou tyto emoční inteligence korelují – pokud – tak jen velmi málo.

## **5. Souvislost emoční inteligence s rozličnými aspekty lidského života**

Když se emoční inteligence zkoncipovala na počátku devadesátých let dvacátého století, objevil se zájem široké odborné veřejnosti o její zkoumání. Trvalo jen pár let, než se tento odborně vědecký zájem rozšířil i na masy lidí z laické veřejnosti a mimo rámec oboru psychologie – zejména díky popularizační a svého času nejvíce prodávané knize Daniela Golemana o emoční inteligenci, kterou autor svou důležitostí povyšoval nad klasicky pojímanou inteligenci v psychologii. K rychlému nástupu zájmu o novou oblast v psychologii se stejně tak rychle začínaly utvářet i metodiky, jež se snažily oblast emoční inteligence vhodným způsobem postihnout. Některé, jak uváděla předešlá kapitola, byly svým konstruováním blízké výkonovým testům a mapovaly emoční inteligenci jako soubor rozličných schopností, jiné byly zase utvářeny metodou sebesouzovacích dotazníků a měřily emoční inteligenci jako behaviorální dispozice. A konečně atributem této bohaté diverzity nástrojů aspirujících na měření emoční inteligence se stala také neméně bohatá odlišnost jednotlivých měřících nástrojů co do kvality.

Obecně lze s ohledem na kvalitu jednotlivých nástrojů říci, že některé (např. MSCEIT, SEIS, TMMS, EQ-i či TEIQ-ue) jsou předmětem častějšího výzkumu svých psychometrických vlastností než jiné a více se také objevují jako součást výzkumných studií, v rámci nichž se projevují nejrozmanitější důkazy o existenci individuálních diferencí na půdě emoční inteligence nebo o spojení emoční inteligence s rozličnými aspekty v lidském životě. V následujících subkapitolách se proto budu věnovat těmto výzkumným zjištěním z posledních let a vždy budu uvádět – pro výše zmíněné odlišnosti obou modelů – zdali se případné nálezy objevovaly po průzkumu dané oblasti metodikou z domény trait-emoční inteligence nebo ability-emoční inteligence.

### **5.1 Individuální difference v EI**

Mezi pravděpodobně nejčastější a stále se opakující důkazy výzkumných studií o individuálních diferencích v oblasti emoční inteligence patří ty o odlišné úrovni emoční inteligence u žen a mužů. O výzkumnými zjištěními podchycené relativní výhodě žen oproti mužům v rámci EI, resp. konkrétně v rozpoznávání emocí se zmiňují už autoři první explicitní koncepce EI, tj. Salovey a Mayer (1990). Schutte et al. (1998) tento výsledek výzkumně potvrdili svou metodikou dotazníkového formátu, která aspiruje na zjišťování celkové úrovně emoční inteligence. Na vzorku 328 osob prokázali vysoce signifikantní rozdíl mezi skupinou mužů a žen. Zároveň mimojiné ze vzorku potvrdili také statisticky signifikantní rozdíly mezi

subskupinami vězňů a terapeutů a také mezi terapeuty a osobami podstupujícími léčbu pro abúzus psychoaktivních látek.

Podobné potenciální difference mezi muži a ženami zkoušeli podchytit Ciarrochi, Chan a Caputi (2000), kteří však použili objektivní výkonovou metodiku, MEIS. I oni došli k závěru, že ženy skórují signifikantně výše v emoční inteligenci. Analýzou variance stvrdili, že existuje vysoce statisticky signifikantní rozdíl v celkové úrovni emoční inteligence, stejně jako ve využívání a řízení emocí a že byl nalezen též signifikantní rozdíl pro percepci emocí. Ve všech těchto oblastech byly ženy lepší. Zdá se tedy, že jsou ženy celkově v úrovni emoční inteligence nadanější, bez ohledu na to, ať je prováděno měření v oblasti trait-EI nebo ability-EI.

Později též Guastello a Guastello (2003) dospěli k výsledku, že ženy jsou v úrovni EI (trait modelu) lepší, nicméně zde byly tyto výsledky prokázány pouze pro starší generaci z jejich vzorku, zatímco u mladší generace se tato difference v pohlaví rozplynula. Autoři rovněž věnovali pozornost souvislosti emoční inteligence s androgynií, tj. jak uvádí VandenBos (2007), gender rolové vyrovnanosti maskulinních a femininních charakteristik u konkrétního jedince. Zjistili, že byl nalezen vztah mezi rysovou emoční inteligencí a androgynií. Následná regresní analýza prokázala predikující vliv proměnné androgynie na úroveň rysové emoční inteligence. Androgynie byla v tomto výzkumu zjišťována Inventářem pohlavních rolí Bemové a také Škálou pohlavně rolového chování Orlofského na vzorku téměř patnácti set osob (studenti a jejich rodiče), přičemž se potvrdil mnohonásobnou regresí predikující vliv obou metodik na úroveň emoční inteligence s mnohonásobným korelačním koeficientem dosahujícím hodnot od 0,55 u matek, přes 0,56 u otců až po 0,59 u studentů. Všechny tyto koeficienty navíc byly velmi vysoce statisticky signifikantní (Guastello a Guastello, 2003).

Nověji na výzkumnou studii Guastella a Guastella (2003) navazují Siegling, Saklofske, Vesely a Nordstokke (2012), kteří zkoumají vztah mezi rysovou i schopnostní emoční inteligencí s gender spojenými osobnostními charakteristikami, jako je například intrapersonální orientace typičtější pro muže nebo interpersonální orientace častější u žen. Podobně i oni prokázali souvislost rysové emoční inteligence se zmíněnými dimenzemi gender osobnostními charakteristikami. Pokud však šlo o schopnostní emoční inteligenci, u té byla zaznamenána souvztažnost pouze s interpersonální dimenzí. Intrapersonální dimenze nejenže nekorelovala s celkovou úrovní schopnostní-EI, ale ani s žádným z jejích subfaktorů, zatímco interpersonální dimenze jak s celkovou úrovní, tak i se všemi subfaktory s výjimkou



porozumění emocím. Naopak rysová emoční inteligence, byť korelovala s oběma dimenzemi, vykazala vyšší vztah s intrapersonální dimenzí. Výsledky se tak ukázaly být konzistentní s výzkumem, který uskutečnili Guastello a Guastello (2003).

Podobně i Ardolino (2013) zkoumala, zdali má příslušnost k genderové kategorii androgynie vliv na úroveň emoční a sociální inteligence. Její výsledky to nepotvrdily, na druhou stranu mezi respondenty v tomto výzkumu existoval značný nepoměr v pohlaví – čtyři pětiny vzorku tvořily ženy, které častěji spadaly do kategorie androgynie než muži, kterých bylo o dost méně, takže srovnání se může jevit jako nevhodné. Navíc celkově byl vzorek málo početný oproti výše zmíněným výzkumům, které byly prováděny na stovkách respondentů. I přesto však autorka hovoří o tom, že výsledky měly tendence inklinovat ke kritické hladině významnosti běžné v sociálních vědách a ta byla překročena jen mírně. Následné prozkoumání interakčního efektu pohlaví a genderové příslušnosti však přesto prokázalo vliv těchto dvou proměnných na emocionální inteligenci, přičemž se projevil větší vliv ve skupině mužů, u nichž byly větší rozdíly v EI při srovnávání genderových kategorií a respondenti z kategorie androgynie vykazovali vyšší úroveň emoční inteligence než muži podle gender charakteristik označení za stereotypní.

Z dalších výzkumných studií, které prokázaly vyšší skóre v emoční inteligenci u žen než u mužů, je možno jmenovat například studie, které provedli Van Rooy, Alonso a Viswesvaran (2005) nebo Brackett et al. (2006). První zmíněná studie uvádí kromě vyšších skóre v rysové EI u žen také rozdíly na podkladě etnické příslušnosti s největšími rozdíly mezi ženami běloškami a hispánskými ženami. Rozdíly však existovaly také mezi muži černochoy a muži hispánskými. V neposlední řadě ve své studii prokazují také korelaci mezi úrovní emoční inteligence a věkem, tj. další z charakteristik, která se ve výzkumných studiích šetří, a to s prokázáním pozitivní souvztažnosti, tedy že se věkem existuje tendence emoční inteligence růst (Van Rooy, Alonso a Viswesvaran, 2005).

Druhá probíraná studie hledala rozdíl mezi muži a ženami v rámci dvou metodik měřících emoční inteligenci, z nichž jedna byla z oblasti schopností EI a druhá z rysové domény. Diference se prokázala, nicméně zde pouze u metodiky ability-EI, zato však s velmi vysokou statistickou významností. Naopak u metodiky sebesposuzovací rozdíl nejenže byl nevýznamný, ale také prakticky neexistoval. Zároveň se prokázal jen slabý vztah obou těchto metodik (Brackett et al., 2006).

Na druhou stranu je však potřeba pro jistou míru objektivitu tohoto tématu pohlavních diferencí v emoční inteligenci uvést také to, že existují i výzkumné studie, které rozdíl mezi ženami a muži v EI neprokazují. Již zmiňovaná Ardolino (2013) přinesla výsledky, které neprokazují statisticky významný rozdíl mezi průměrnými skóry v emoční inteligenci mezi muži a ženami. Ukazuje se tak, že existuje spíše než v celkové úrovni EI pohlavní difference mezi jednotlivými aspekty nebo charakteristikami, které spadají pod koncept emoční intelligence. Takto například Saklofske, Austin a Minski (2003) našli jen malý a statisticky nevýznamný rozdíl v celkové úrovni emoční intelligence mezi muži a ženami. Na druhou stranu však našli významné rozdíly ve vyhodnocování emocí a v sociálních dovednostech, a to ve prospěch žen a naopak byl prokázán i rozdíl ve prospěch mužů v subfaktoru využití emocí k rozřešení nějakého problému.

Podobně nověji i Arteche et al. (2008) prokázali, že neexistoval rozdíl mezi emoční inteligencí (rysovou, měřenou metodikou EQ-i) a oběma pohlavími. Nicméně existovaly statisticky významné difference v pohlaví v rámci různých subfaktorů – podobně jako v jiných výzkumných studiích i zde ženy skórovaly výše v rámci interpersonálního faktoru vyššího řádu oproti mužům, kteří však naopak vykazovali lepší úroveň výsledků ve faktoru adaptability. Pokud jde o celkovou úroveň zde zjišťované rysové emoční intelligence, prokázala se její vysoká statistická významnost kladné souvztažnosti se všemi dimenzemi velké pětky, s výjimkou neuroticismu, u něhož byla daná korelace rovněž významná, nýbrž negativní. A konečně neprokázal se žádný lineární vztah celkové emoční intelligence s úrovní IQ (zde měřeno Watson-Glaserovým hodnocením kritického myšlení).

Ve světle nastíněných výzkumných zjištění o pohlavních diferencích na poli emoční intelligence (bez ohledu, zda ji budeme pojímat jako schopnostní nebo rysovou) se ukazuje, že existují jisté diskrepance v těchto výsledcích – některé hovoří ve prospěch žen oproti mužům v celkové úrovni EI, jiné tyto difference nepotvrzují anebo nastiňují odlišnosti mezi pohlavími pouze, pokud jde o některé charakteristiky emoční intelligence, např. adaptabilita, interindividuální versus intraindividuální nastavení, využívání emocí adaptivním způsobem nebo zhodnocování emocí. Tento nepoměr je mimojiné i důvodem toho, proč je rovněž v předmětu praktické části zainkorporováno přezkoumání rozdílu mezi pohlavími v rámci celkové emoční intelligence.

Jinou z často se ve výzkumných studiích objevující charakteristikou dávanou do souvislosti s emoční inteligencí je její vliv na zdraví jedinců, a to ať již na psychické nebo i fyzické zdraví. I zde se rojí množství studií podávajících slibné a zajímavé výsledky. Z těch

novějších je možno jmenovat například tu, kterou uskutečnili Ciarrochi, Deane a Anderson (2002), kteří jako proměnné svědčící o nedostačivosti psychického zdraví použili depresi, beznaděj a sebevražedné myšlenky, přičemž všechny byly k sobě navzájem vztaženy a zároveň korelovaly s mírou stresu zažívaného v životě jedinců. Zatímco objektivní měření vnímání emocí (části testu MEIS) nekorelovalo s žádnou z uváděných proměnných, a svědčí tak podle autorů o své unikátnosti, tak naopak sebesouzovací metodika vykazala signifikantně významné záporné korelace (alespoň pokud jde o řízení vlastních emocí) se všemi proměnnými, přičemž negativní vztah s beznadějí dosahoval téměř 0,6. Následné provádění regresní analýzy odhalilo, že řízení vlastních emocí má signifikantní dopad na míru deprese, a to i při kontrolování vlivu proměnné beznaděje v tomto modelu. Jinými slovy se vyšší emocionální regulace pojila s nižší mírou deprese, která byla inkorporována ve studii jako proměnná hovořící o úrovni psychického zdraví. Podobný postup byl použit i u proměnné stres a zde se tentýž efekt nepotvrdil.

Jiný výzkum prokázal – možná ne překvapivě – u emocionální inteligence značný negativní vztah s alexithymií (kolem  $-0,6$ ), a to na vysoce signifikantní úrovni a dále negativní významný vztah s neuroticismem jako jednou z dimenzí velké pětky, zatímco ostatní dimenze Big Five byly korelovány s emoční inteligencí (EIS a EQ-i) kladně. Na druhou stranu v regresním modelu této výzkumné studie úroveň emoční inteligence vystupovala (při kontrolování vlivu osobnostních proměnných měřených velkou pětkou) jako signifikantní prediktor pouze u velikosti sociální sítě jedince a naopak u zdraví tento predikující vliv EI prokázán nebyl. Nutno však dodat, že oproti výše zmíněnému výzkumu se v této studii proměnná zdraví měřila jen zjednodušujícím posouzením toho, zdali člověk subjektivně pociťuje své zdraví nad průměrem, pod ním nebo kolem průměru ve srovnání s ostatními lidmi podobného věku a stejného pohlaví a nikoli metodikami, které by hovořily o relativní úrovni zdraví skrze konkrétnější proměnné k němu se vztahující (Austin, Saklofske a Egan, 2005).

Jinou zajímavou studií o souvislosti EI se zdravím uskutečnili Tsaousis a Nikolau (2005). Tito autoři použili metodiku TEIQ a tu porovnávali s výsledky dotazníku obecného zdraví, který osmadvaceti položkami utvořenými na čtyřbodové škále mapoval úroveň celkového zdraví a rovněž čtyři další subfaktory, kterými se staly somatické symptomy, úzkost a nespavost, sociální dysfunkce a deprese. V první fázi vygenerovali autoři korelační matici vztahů mezi metodikami a zjistili, že celkové úrovně i všechny subfaktory obou metodik mezi sebou vzájemně korelovaly (u metodiky TEIQ se jedná o vnímání a zhodnocení

emoce, kontrolu emocí, využití emocí a porozumění a myšlení). Všechny korelace zdraví (a výše zmíněných subfaktorů) a emoční inteligence (a jejích subfaktorů) byly negativní a vysoce statisticky významné. Následně tedy byla v jejich výzkumu provedena i regresní analýza, přičemž se zjistilo, že všechny subfaktory celkové EI mají signifikantní predikující vliv na to, jak posuzují jedinci svou celkovou úroveň zdraví. Podle autorů tak může zvýšená úroveň emoční inteligence zprostředkovávat lepší vyhodnocení vlastního zdravotního stavu.

Možná nejlépe potvrdí konzistenci výsledků výzkumných studií o souvislosti emoční inteligence s psychickým či fyzickým zdravím studie na způsob metaanalýzy. Právě takovou uskutečnili Schutte et al. (2007). Shrnovala výsledky 35 studií týkajících se emocionální inteligence se zastoupením takřka osmi tisících participantů. Výsledkem zde bylo prokázání vztahu emocionální inteligence jak s oblastí psychosomatiky, kde byl vztah největší, tak s mentálním zdravím, kdy tento vztah následoval v těsném závěsu, tak ovšem rovněž se zdravím fyzickým, kde byla asociace rovněž prokázána. Mimo jiné zmínění autoři prokázali větší vliv u metodik, které postihují osobnostní charakteristiky způsobem trait-modelu EI.

Na tuto metaanalýzu navazuje další a novější, kterou uskutečnili Martins, Ramalho a Morin (2010). Autoři chtěli rozšířit starší zmíněnou metaanalytickou studii tím způsobem, že zahrnou i výzkumy provedené později a to včetně těch, které byly publikovány i v jiném než anglickém jazyce. Zároveň bylo účelem provést kumulativní metaanalýzu pro ošetření faktu, zdali je dosavadní výzkum dostatečný a stabilní svými výsledky. Celkově tak tento výzkum hodnotil přes sto velikostí účinků a zahrnoval téměř dvacet tisíc probandů. I tato studie obohacená o množství jiných výzkumů a osob prakticky potvrdila výsledky té předcházející – prokázal se vztah emoční inteligence se zdravím i to, že rysová EI vykazovala tuto relaci silnější. I v této metaanalýze se prokázal nejvyšší vztah s psychickým zdravím, následovaný zdravím psychosomatickým a nakonec i fyzickým. V rámci rysových metodik měření EI pak prokázala svůj nejsilnější vztah s psychickým zdravím metodika TEIQue, následovaná nástroji EQ-i, SEIS a TMMS. A také kumulativní analýza v jejich studii prokázala, že tento směr výzkumu dosáhl dostatečného množství a stability s celkovou hodnotou emoční inteligence jakožto věrohodného prediktoru zdraví jedince.

Ukazuje se tedy, že emoční inteligence je oblastí v rámci vědeckého studia psychologie, u které je možno prokazovat různé individuální difference. Ukazuje se, že emoční inteligence často vykazuje ve výzkumech vyšší úroveň u žen než u mužů, byť tyto výsledky nebývají potvrzovány všemi studiemi. I proto bude výzkumná část této práce mít jako jeden z cílů statistické ověření rozdílu úrovně EI mezi muži a ženami. Jiné individuální difference se

projevují i na podkladě věku s náznaky toho, že míra emoční inteligence může s věkem mírně růst. Rovněž nově probádaná témata souvislosti EI s androgynií přináší zajímavé výsledky svědčící o vyšší míře EI u jedinců s více osobnostně zakomponovanými charakteristikami zároveň femininními i maskulinními, tj. u jedinců androgynních. A v neposlední řadě se zdá být dostatečně prozkoumána oblast i u relace emoční inteligence – zdraví jedince, přičemž výsledky, včetně těch metaanalytických, nasvědčují vztahu EI jak se zdravím psychickým, tak s psychosomatickým, ale také s tím fyzickým. Naproti tomu neexistují studie, jež by zkoumaly individuální difference v celkové EI mezi odlišně sexuálně orientovanými jedinci, což bylo primárním popudem pro uskutečnění výzkumu, který je podrobně popsán a analyzován v empirické části práce.

## **5.2 Emoční inteligence a školní prostředí**

Vývoj emocionální inteligence jde ruku v ruce s rozvojem kognitivních, stejně jako s rozvojem sociálních schopností. Jistá míra emoční inteligence se zdá být příznivým prediktorem zvládání zátěže, kterou s sebou škola nese. Vágnerová (2005) uvádí, že školní věk je charakterizován spodní hranicí 6 či 7 let a trvá do doby ukončení povinné školní docházky, tedy v průměru nejčastěji okolo 15 let. Za tu dobu dítě udělá velký pokrok ve vývoji schopnosti emocionální inteligence, což souvisí mimojiné také s tím, jak postupně dozrává centrální nervový systém. Nicméně se ukazuje, že kromě čistě biologické maturace i cílená intervence zaměřená k rozvoji emocionální inteligence u dětí školního věku může vést k pozitivnímu dopadu v několika různých oblastech života, a to i v pozdějším věku (Goleman, 1995). Vzhledem k tomu považuji za vhodné podat i výklad o působení emoční inteligence v rámci školního prostředí, včetně vzdělávání tzv. terciárního.

Tak například jedním z aspektů, který bývá považován v mnoha teoretických koncepcích za součást emocionální inteligence, je tzv. rekognice emocí (např. Salovey a Mayer, 1990; Goleman, 1995). U té se již v různých zahraničních výzkumech ukázala souvislost s psychickým zdravím. Lee, Herbert a Manassis (2014) porovnávali skupiny školních dětí s úzkostnými poruchami a děti zdravé a objevili, že dívky s úzkostnými poruchami byly v nevýhodě v rozpoznávání emocí zhnusení a často tuto emoci zaměňovaly s emocí zlosti. Naproti tomu děti zdravé, které netrpěly úzkostnými poruchami, přesněji rozeznávaly jednotlivé emoce. Podobně Douglas et al. (2010) zjistili, že pacienti s vážnou depresí vykazují specifický deficit rozpoznávání emocí zhusení ve srovnání s kontrolní zdravou skupinou. Zároveň skupina depresivních častěji vnímala neutrální obličeje jako smutné a méně často je ve srovnání s kontrolní skupinou vnímala jako veselé.

Jiným průkazem možných souvislostí je výzkum, který provedli Simonian et al. (2001) – autoři zjistili, že děti se sociální fobií se v rekognici emocí liší od dětí kontrolních bez psychiatrické diagnózy. Děti s fobií měly signifikantně horší výsledky v rozpoznávání jednotlivých emocí oproti kontrolním zdravým dětem. Specificky pak vykazovaly slabší dovednosti rozpoznávat emoce štěstí, smutku a znechucení. Zároveň autoři v diskuzi nabádají, že vzhledem k výsledkům, které tato studie přinesla, by byl vhodný vývoj a využívání tréninkových programů pro rozvoj sociálních a emocionálních schopností. O těch se zmiňuje například Goleman (1995) a o výsledcích takto prováděných některých intervencí bude pojednáno stručně v další kapitole.

Souvislost s psychickým zdravím se však netýká pouze rekognice emocí. Rovněž jiný aspekt považovaný za součást emocionální inteligence, a sice regulace emocí (Salovey a Mayer, 1990; Goleman, 2011) má své vlivy na zdraví u dětí školního věku. Například Czaja, Rief a Hilbert (2009) podali důkaz, že maladaptivní emočně-regulační strategie byly signifikantně spojeny s větší depresivitou. Zároveň zjistili, že u dětí ve věku 8 až 13 let také existoval vztah mezi ztrátou kontroly v přejídání se a častějším užíváním maladaptivních emočně regulačních strategií ve srovnání s kontrolní skupinou, u níž se ztráta kontroly v přejídání nevyskytovala. To naznačuje i možné souvislosti nevhodné emoční regulace nejen se zvýšenou depresivitou, ale i s problémy příjmu potravy a sníženou sebekontrolou. Zároveň i tito autoři nabádají k důležitosti tréninkových programů emoční regulace, tedy i emoční inteligence. K podobným prevenčním programům nabádají i García-Grau et al. (2004), kteří rovněž zjistili vztah mezi predispozicí k poruše příjmu potravy u chlapců a emoční regulací – v jejich výzkumu mělo největší vliv sebeobviňování ve vztahu k problémům.

Rossmann (1992) ukázal na vzorku 345 dětí ve věku 6 až 12 let nejen to, že existuje negativní asociace mezi distresem a sebeúctou těchto dětí, ale že tento vztah také zvýrazňuje fakt, jakou emočně-regulační strategii děti využívají pro boj se stresovou situací – zatímco ty děti, které využívaly strategii vyhýbání se situaci nebo rozptýlení, zůstávaly zranitelnější, pokud šlo o stres, tak naopak strategie sebeuklidňování se ukázala jako kompenzační faktor, který oslaboval vztah mezi distresem a sebeúctou školních dětí.

Uvedu ještě jeden výzkum, který se zabíral souvislostmi regulace emocí u dětí školního věku. Galla a Wood (2012) se zmiňují o tom, že školní děti, které měly excesivní úroveň úzkosti, vykazovaly horší výsledky ve školní úspěšnosti a známkách. Konkrétně dosahovaly nižších výsledků v testech z matematiky. Na tom by jistě nebylo ještě nic příliš

překvapivého, jenže uvedení autoři také zjistili, že tento vztah platí pouze u dětí, které měly zároveň nízkou úroveň emocionálního self-efficacy, tj. důvěru ve vlastní schopnosti regulovat negativní emoce. Naopak u žáků vykazujících vyšší úroveň emocionálního self-efficacy nebylo prokázáno snížení výkonu v testu z matematiky v souvislosti s úzkostí. Svůj výzkum autoři uzavírají slovy, že jejich data naznačují užitečnost dalšího průzkumu a rozvoje metod ke zlepšení tohoto znevýhodnění pramenícího z větší úzkosti ovlivňující výkon a odvolávají se také na výsledky jiných výzkumů, které potvrzují vliv akcentovanějšího rysu úzkostnosti na školní výsledky (např. Owens et al., 2008).

Podobně jako rozpoznávání emocí a regulace emocí, i schopnost empatie bývá často obsažena v definicích teorií emocionální inteligence (teorie vytvořená Saloveyem a Mayerem, Golemanem, Bar-Onem, aj.). Feshbach a Feshbach (1987) v souvislosti s empatií akcentují objev, že afektivní dispoziční faktory jsou úzce spojeny s kognitivním vývojem dítěte a následně i s akademickým výkonem. Ve svém výzkumu zkoumali více oblastí, nicméně konkrétně v rámci empatie objevili, že u dívek je přítomnost empatie vysoce prediktivní pro následný studijní úspěch ve čtení a v hláskování. Naopak u chlapců tomu tak nebylo a celkově se ukazovaly výsledky pro chlapce méně ovlivňující školní úspěch, když se za prediktory považovaly jednotlivé emoční atributy.

Schopnost empatie má u dětí školního věku vliv také na jejich projevované chování. Například Strayer a Roberts (2004) prokázali, že schopnost empatie byla negativně asociována s agresí a zlostí a naopak byla pozitivně asociována s chováním prosociálním. To má pochopitelně dopady i na jejich sociální začleňování, protože prosociální a empatické děti jsou obecně považovány za oblíbenější v sociálních skupinách (např. Marcus et al., 1980). Navíc se nejedná o ojedinělý výzkum, který by tento vliv emočních aspektů na oblíbenost ve školním věku potvrzoval – takových výzkumů je celá řada. Například i Eisenberg et al. (1996) prokázali, že sympatie byly asociovány s relativně vyšší mírou regulace chování a s pozitivními emocemi a zejména u chlapců školního věku pak také s lepší sociální zdatností a nižší mírou negativní emocionalit.

Výše uvedení autoři, kteří se zabývali empatií a prosociálním chováním u dětí školního věku, přitom už dříve v jiném výzkumu prokázali, že emoční expresivita a vzhled do emocí byly silnými prediktory empatie a že zatímco u chlapců ve školním věku byla empatie silným prediktorem prosociálního chování, u dívek stejného věku byla empatie spojena s prosociálním chováním pouze vůči přátelům a nikoliv s kooperací či pomáháním u vrstevníků obecně. Celkově přitom věk v tomto vztahu nehrál roli (Roberts a Strayer, 1996).

Ve světle všech těchto výše zmíněných výzkumných studií se ukazuje, že trénování či koučování emocionální inteligence nebo různých aspektů pod ní spadajících (už zmíněná regulace emocí, rekognice emocí, empatie, ale také jiné faktory často řazené do teorií emoční inteligence) by mohlo dětem ve školním věku pomáhat při boji s možnými psychickými nebo zdravotními problémy, stejně jako například se schopností kooperace v sociální skupině, v sociálním citění či například s úspěšností ve školním výkonu. Podstatný je přitom ovšem také fakt, že trénování se ve zdokonalování emocionální inteligence nemusí mít dopady pouze pro děti věku školního, ale i v dalším životě, ať už v lepším zdravotním stavu ve starším věku nebo například v pracovním životě. Výzkumné studie totiž potvrdily i vztah v těchto oblastech.

Doposud bylo pojednáváno o souvislostech jednotlivých charakteristik emoční inteligence (rekognice emocí, regulace emocí, empatie) s různými okolnostmi jako např. psychiatrické zatížení, oblíbenost v sociální skupině, školní prospěch nebo třeba sebeúcta dětí. K dispozici však existují také výzkumné studie, které tyto vztahy nacházejí pro emocionální inteligenci jako celý komplex.

Parker et al. (2004) se zaměřili na souvislost emoční inteligence s akademickým úspěchem v období, kdy studenti přestupují ze střední školy na univerzitu, tj. na období, které bývá považováno za více stresem zatížené. Distribuovali Bar-Onovu metodiku EQ-i a z výsledků vyvodili, že celková úroveň emoční inteligence hraje roli pro akademický úspěch (měřeno studijním průměrem) v prvním ročníku vysoké školy, neboť našli, jak uvádějí sice slabou, nýbrž statisticky signifikantní korelaci. Na druhou stranu se jako zajímavý výsledek ukázalo, že stejná proměnná, tj. celková emoční inteligence, nevykázala vztah pro studijní prospěch na škole střední. Je tedy otázkou, zdali signifikantní vztah pro úspěch v prvním ročníku vysoké školy byl ovlivněn právě přestupem na jiný typ vzdělávacího zařízení, který je autory považován za stresující období. Nicméně se ukázaly významné vztahy i jednotlivých subškál EQ-i s univerzitním průměrem prváků – a byly to subškály intrapersonální dimenze a rovněž právě i adaptabilita a stres management. A podle autorů jsou to tedy právě tyto tři faktory, které jsou významnými pro úspěšný přechod ze školy střední na školu vysokou.

Jiná studie se pokusila vyhledat, zdali existuje vztah mezi úrovní emoční inteligence a studijním prospěchem v matematice a jazykových schopnostech a byla provedena na vzorku 352 žáků ve věku osmi až jedenácti let. Metodikami se zde staly TEIQue modifikovaný pro děti, Ravenovy progresivní matice a úloha s předkládáním obrázků s obličejovými výrazy za účelem zjistit přesnost v schopnosti rozpoznávat různé emoce. V korelační matici se podařilo



nalézt slabý, nicméně statisticky významný vztah rysové emoční inteligence jak s prospěchem z matematiky, tak s úrovní jazykových schopností. Zároveň se ukázal být signifikantní vztah s kognitivní inteligencí, nicméně korelační koeficient byl v tomto vztahu jen slabý. Na druhou stranu se nepotvrdil žádný vztah mezi rysovou emoční inteligencí a úlohou záměřenou na podchycení emoční inteligence jako schopnosti. Regresní analýza, která byla následnou součástí tohoto výzkumu, pak také potvrdila, že úroveň rysové emoční inteligence je pozitivním signifikantním prediktorem zkoumaných proměnných, tedy jak studijního prospěchu z matematiky, tak také jazykových schopností (Agnoli et al., 2012).

Zprostředkující vliv rysové emoční inteligence na kognitivní schopnosti a studijní prospěch našli rovněž Petrides, Frederickson a Furnham (2004). Podařilo se jim získat kompletní data od 652 studentů střední školy, kteří poskytli informace metodikami TEIQue, Eysenckův osobnostní dotazník a Test verbálního uvažování, jež autoři kombinovali ještě s dalšími přidatnými proměnnými. Regresní analýza odhalila výsledky, které nastínily, že zatímco v proměnné „matematika“ se neobjevil interakční signifikantní vliv rysové emoční inteligence s kognitivní inteligencí a statisticky významným prediktorem bylo pouze IQ, tak v proměnné „verbální uvažování“ se prokázal statisticky signifikantní interakční vliv IQ s rysovou emoční inteligencí a tento prediktivní významný vliv se objevil i u proměnných, které vypovídaly o méně pravděpodobných vyloučeních ze školy a rovněž o méně často přítomném záškoláctví.

Rád bych nastínil, že se tedy po nahlédnutí na veškeré výše uváděné výzkumy (ať již v souvislosti se školní úspěšností, psychickým či fyzickým zdravím, oblíbeností v sociální skupině, apod.) nabízí otázka, zdali by nebylo vhodné více zakomponovat trénink sociálních a emocionálních dovedností či schopností do školního systému. Jestliže se zdá, že emocionální inteligence tolik souvisí s důležitými oblastmi života, mohl by její rozvoj a trénink přispívat i k tomu, že děti budou zdravější, více odolnější vůči stresu, rezilientnější a budou potkávat více úspěchů, ať ve škole nebo následně v životě při pracovním výkonu. Dle mého názoru se v naší zemi stále klade velký důraz na školní výkonnost, a tedy klasické kognitivní schopnosti. Tím nechci říci, že by tyto aspekty nebyly rovněž značně důležité, nicméně mi osobně připadá, že ve světle výzkumných zjištění by bylo namístě vkládat do systému i „vzdělávání“ v oblasti emocionální a sociální. Goleman (1995) hovoří o tom, že takovéto tréninky jsou již v americkém školním systému v některých zařízeních běžné, a proto bych se rád o těchto možnostech a zejména jejich výsledcích zabýval v poslední kapitole teoretické části této práce. Nyní bych však již rád volně přešel k další oblasti, v níž má podle

prováděných výzkumů oblast emoční inteligence své uplatnění a touto doménou je pracovní život člověka.

### **5.3 Emoční inteligence v pracovním životě**

Podobně jako se ukazuje vliv emoční inteligence v životě člověka během školních let a v rámci vzdělávání, i následně v pracovním procesu se výzkumnými studiemi opakovaně prokazuje, že emoční inteligence má svůj nemalý vliv i zde. Ostatně už Goleman (2000) podal pět stěžejních charakteristik emocionální inteligence a následně byl rozpracován kompetenční model emoční inteligence v pracovním prostředí, o němž se zmiňují Goleman, Boyatzis a McKee (2002) a o kterém bylo pojednáno v kapitole o hlavních charakteristikách emoční inteligence.

Jednu z nejnovějších studií uskutečnily v této oblasti Schutte a Loi (2014). Autorky se zaměřily na souvislost rysové emoční inteligence (dotazník SEIS) s psychickým zdravím, pracovním zapojením, individuálním vnímáním vlastní moci uvnitř pracovního prostředí a spokojeností se sociální oporou. Korelační analýza prokázala vysoce signifikantní vztah emocionální inteligence jak se spokojeností se sociální oporou v práci (0,39), tak s vnímanou pravomocí na pracovišti (0,3). Slabší, nicméně rovněž statisticky významné korelace, byly prokázány také mezi emoční inteligencí a psychickým zdravím a mezi EI a pracovním zapojením. Mimo jiné byly také ve výzkumu použity proměnné psychické zdraví a pracovní zapojení jako ukazatele vzkvétajícího pocitu na pracovišti a analýzy vztahů prokázaly, že větší spokojenost se sociální oporou na pracovišti a větší pocit vnímání vlastních pravomocí na pracovišti zprostředkovávají více vztah emoční inteligence k zmíněným indikátorům prosperujícího pocitu v pracovním životě.

Mezi jednu z nejčastěji zkoumaných záležitostí v této doméně patří také souvislost emoční inteligence s pracovním výkonem. Například Lopes et al. (2006b) tvrdí, že emoční inteligence je vztažena k pracovnímu výkonu a taktéž se vztahuje podle autorů k pocitům a postojům v práci. Kromě demografických údajů (věk, pohlaví, vzdělání, rodinný stav, pozice v organizaci či množství odpracovaných hodin, aj.) měřili emoční inteligenci, a to metodou MSCEIT, čili schopnostní metodikou, a dále také osobnostní rysy na podkladě Big Five dimenzí, verbální schopnosti jako indikátor krystalizované inteligence nebo též posouzení konkrétního respondenta jinými spolupracovníky pokud jde o vyrovnávání se stresem, typickou náladu, apod. Výsledky korelační analýzy prokázaly skutečně statisticky signifikantní až vysoce signifikantní souvztažnosti celkové schopnostní emoční inteligence a průměrného přírůstku platu, dále kladný vztah celkové EI s úrovní sociability a přispíváním

k pozitivní pracovní atmosféře a také s dobrou náladou participanta (všechny tři proměnné kódované na škále, kterou vyplňovali spolupracovníci). Nadřícené osoby rovněž hodnotily ve výzkumu přispívání k pozitivní atmosféře u daného participanta a také to, jak vidí schopnost jejich podřízeného se vyrovnávat se stresem. I tyto proměnné měly signifikantní až vysoce signifikantní kladný středně silný vztah s celkovou úrovní emoční inteligence respondentů. Významná negativní hodnota korelačního koeficientu byla pak nalezena pro celkovou úroveň EI s tím, jak často shledávají spolupracovníci daného jedince v negativních sociálních interakcích. Zajímavé na této studii je to, že jednotlivé významné vztahy zůstaly signifikantní, až na výjimky, při další analýze, v níž byl eliminován vliv možných intervenujících proměnných, a sice věk, pohlaví, vzdělání, verbální schopnosti a také osobnostní rysy modelu velké pětky. Na druhou stranu, jak autoři sami konstatují, jistou nevýhodou zde byl omezený vzorek probandů co do počtu.

Jinou zajímavou studii vlivu EI na pracovní výkon uskutečnili Côté a Miners (2006), kteří uvádí, že důležitá pro pracovní úspěchy je nejen inteligence emoční (zde opět měřeno schopnostní metodikou MSCEIT), ale rovněž kognitivní. Na tomto podkladě navrhuje model, který předpokládá, že vztah mezi emoční inteligencí a pracovním výkonem se zesiluje za předpokladu, že klesá úroveň inteligence kognitivní. Výsledky nastínily, že emoční inteligence stejně jako ta kognitivní opravdu byly ve vztahu s pracovním výkonem a to na velmi vysoké signifikantní úrovni (0,32 pro EI, respektive 0,35 pro intelekt). Zároveň i (jak lze podle informací uvedených v předcházejících kapitolách očekávat) spolu výrazně signifikantně korelovaly schopnostní EI s kognitivní inteligencí (0,47). Dále prováděná analýza pak také skutečně potvrdila autory stanovenou hypotézu o větší souvislosti emoční inteligence s pracovním výkonem v případě, že kognitivní inteligence byla na nižší úrovni. Zatímco pracovní výkon byl u vysoce kognitivně nadaných osob téměř stejný bez ohledu na úroveň emoční inteligence, tak naopak u osob s nižšími kognitivními schopnostmi byl statisticky významný rozdíl v úrovni pracovního výkonu mezi osobami s nižší a vyšší úrovní schopnostní emoční inteligence ve prospěch druhé zmíněné. Zároveň také regrese prokázala, že nebyl nalezen důkaz pro zprostředkující vliv dimenzí Big Five mezi emoční inteligencí, kognitivní inteligencí a pracovním výkonem.

Mezi jiné, ve výzkumech často hledané souvislosti s emoční inteligencí, patří například takové proměnné, jako jsou pracovní závazek zaměstnanců nebo stres na pracovišti. Takto Nikolaou a Tsaousis (2002) na vzorku více než dvou set zaměstnanců institucí duševního zdraví prokázali vysoce signifikantní negativní vztah mezi emoční inteligencí a

celkovým indexem pracovního stresu ( $-0,59$ ), zatímco vztah mezi EI a závazkem zaměstnance k organizaci byl vykázán jako pozitivní a rovněž vysoce významný ( $0,53$ ). To dle autorů nasvědčuje tomu, že více emocionálně kompetentní jedinci jsou na pracovišti méně zatíženi disstresem a zároveň vykazují vůči svému pracovišti větší závazek. Statisticky signifikantní rozdíly v úrovni zažívaného pracovního stresu se pak našly i při rozdělení respondentů do skupin označených jako nízko a vysoko emočně inteligentní, přičemž výsledky hovořily ve prospěch druhých zmíněných, kteří byli stresem zatíženi významně méně. A konečně hierarchická regresní analýza ve finále prokázala, že tři ze čtyř subškál EI (a sice vnímání a zhodnocení emocí, jejich kontrola a také jejich využití) měly prediktivní hodnotu co do úrovně pracovního stresu.

Jiná výzkumná studie se zaměřila na vztah rysové emoční inteligence (měřeno zkrácenou formou metodiky TEIQue) s takovými proměnnými z pole organizace práce, kterými byly zvládání práce, pracovní stres, celková pracovní spokojenost a pracovní závazek (hodnocený skrze identifikaci, zapojení se a pracovní loajalitu). Objeveny byly statisticky signifikantní korelace mezi úrovní rysové emoční inteligence a zvládáním práce a rovněž mezi EI a celkovou pracovní spokojeností. Tyto vztahy byly významné jak pro muže, tak i pro ženy. Statisticky signifikantní souvztažnost celkové rysové emoční inteligence a pracovního závazku pak byla objevená výhradně u žen. Naopak významný vztah mezi emoční inteligencí a pracovním stresem se prozřetelně projevil pouze u mužů. V diskuzi pak autoři konstatují, že celkový obraz vyvstávajících dat ze studie naznačuje, že působení rysové EI v oblasti pracovního prostředí jsou podobného významu jako osobnostní rysy. To podle nich znamená, že daný konstrukt má pravděpodobně prediktivní hodnotu a explorační užitečnost čistě jen ve specifických pracovních kontextech a rovněž s ohledem na specifické s prací související výsledky (Petrides a Furnham, 2006).

Brackett, Rivers a Salovey (2011) hovoří o tom, že jsou vesměs potvrzovány statisticky významné vztahy v jimi zmiňovaných studiích i při kontrolování vlivu takových proměnných, jako jsou věk, pohlaví, vzdělání, verbální schopnosti a osobnostní rysy. Mezi probírané vztahy byly zařazeny úspěšnost s interagováním s kolegy na pracovišti, řešení konfliktů a stresových situací, celková pracovní výkonnost nebo například manažerské vedení a jeho efektivita a celková souvislost všech těchto zmíněných oblastí s úrovní emoční inteligence. Vzhledem k tomu se tedy ukazuje, že by konzistenci výsledků o souvislosti emoční inteligence s proměnnými z pracovního prostředí, mohla prokázat studie metaanalytická.

S jednou takovou přišli O'Boyle et al. (2011), kteří zjistili, že bez ohledu na to, o které modely emocionální inteligence se jednalo (trait / ability / mixovaný), všechny korelovaly s pracovním výkonem. Navíc našli jako prediktor trait-model a mixovaný model z hlediska inkrementální validity nad obecnou kognitivní inteligenci a pětifaktorový model osobnosti. Takové výsledky dávají za pravdu tezi, které uváděl Goleman (1995), když tvrdil, že emocionální inteligence může predikovat úspěch na pracovišti.

Jinou metaanalytickou studii pro přezkoumání vztahu mezi emoční inteligencí a pracovním výkonem uskutečnili Van Rooy a Viswesvaran (2004). Do tohoto výzkumu autoři zahrnuli téměř 70 nezávislých studií, které v sobě čítaly několik tisíc participantů. Z dat se jim podařilo vyvodit, že existuje pozitivní vztah mezi emocionální inteligencí a mírami výkonu. Částečně se jim rovněž podařilo verifikovat hypotézu o tom, že se míra prediktivní validity emoční inteligence odlišuje podle toho, o jaké prostředí a v něm zkoumané výsledky se jedná (zdali se zakomponoval ve studii vztah k pracovnímu výkonu, akademickému prospěchu, nebo jiné okolnosti). V tomto ohledu studie autorů kupříkladu prokázala, že emoční inteligence vykazuje větší prediktivní validitu pro pracovní úspěch než pro akademický, což je, jak bylo uvedeno v předcházející subkapitole, ve shodě např. s výsledky studie provedené Parkerem et al. (2004), který vztah emoční inteligence s výsledky potvrdil pouze pro první ročník vysoké školy (který pojil více se stresem a potřebou se s ním vyrovnávat), avšak už nikoli s celkovým studijním prospěchem na střední škole.

Navzdory výše uváděným slibně vyhlížejícím výsledkům metaanalytických studií o prokazovaném vztahu mezi emoční inteligencí a pracovním výkonem se nedávno objevila nejnovější metaanalytická studie jako reakce na ty dosavadní prováděné a v nich publikované výsledky. Uvádí se v ní, že tyto výsledky jsou značně problematické, jelikož je zde k takovým závěrům stále nedostatek důkazů a také je sporná konstruktová validita smíšených / rysových modelů EI. Proto se snaží autoři akcentovat, aby byly brány v potaz důkazy jejich studie nasvědčující tomu, že obsahy nástrojů měřících smíšené modely emoční inteligence se do značné míry překrývají se sadou již dobře etablovaných psychologických konstruktů, jako jsou schopnosti EI, self-efficacy, celková mentální schopnost nebo dimenze velké pětky. S těmi byl nalezen mnohonásobný korelační koeficient o síle 0,79. A zároveň tvrdí, že korelace výsledků metodik smíšených modelů EI s pracovním výkonem se stává nulová v případě, že je statisticky kontrolován a ošetřen vliv výše zmíněných proměnných, s nimiž se tato doména podle autorů překrývá. Zatímco 62 % variance smíšené emoční inteligence bylo podchyceno svědomitostí, extravertizací, emoční stabilitou, schopnostmi EI, kognitivní

schopností, self-efficacy a vlastním ohodnocením pracovního výkonu, tak v případě schopnostní emoční inteligence byla její variance podchycena těmito proměnnými pouze ve 23 % (Joseph et al., 2015).

Výše zmiňované studie naznačují, že výzkum vztahů těchto souvislostí ještě není u konce, a bude tak pravděpodobně pokračovat i v dalších letech vzhledem k jisté inkonzistenci výsledků. Vesměs se v těchto pracích objevoval vztah emoční inteligence s pracovním výkonem, pokud jde o zaměstnance organizací. Je však třeba zdůraznit, že tato relace má své oprávněné místo také v případě, že budeme hovořit o vedoucích či leaderech, jelikož i tito se svou úrovní emoční inteligence podílí velkým vlivem nejen na výkon, ale také např. na celkovou atmosféru a fungování organizace.

Například Rosete a Ciarrochi (2005) se zaměřili na souvislost emoční inteligence s pracovními výsledky efektivity vedení. Uvádějí, že je opředeno otázkami to, proč inteligentní a zkušený leader není vždy s to se úspěšně vypořádat s požadavky okolí a obecně se životem celkově a tvrdí, že je to možná právě emoční inteligence, kterou tito leadeři potřebují spíše než kognitivní inteligence či specifické osobnostní rysy. Autoři objevili signifikantní korelaci mezi úrovní schopnostní (MSCEIT) emoční inteligence a efektivitou leadera v dosahování organizačních cílů. Stepwise metoda regresní analýzy odhalila, že nejsilnějším prediktorem této efektivy je subdoména „vnímání emocí“ z metodiky MSCEIT, následovaná faktorem N z osobnostního dotazníku 16PF. Posléze uskutečnili rovněž hierarchickou regresní analýzu a zjistili, že vnímání emocí z metodiky MSCEIT mělo též, byť slabou, přesto však statisticky významnou svou hodnotu inkrementální nad vlivy osobnostních faktorů Big Five a kognitivní inteligenci (měřeno zkrácenou škálou inteligence Wechslera). Mimo jiné se ve výzkumu podařilo také prokázat, že celková úroveň schopnostní EI nekorelovala s žádným z 16 osobnostních faktorů nástroje 16PF a byla rovněž verifikována hypotéza o korelaci schopnostní EI s kognitivní inteligencí, což dává dle autorů za pravdu tvrzením, že konstrukt je utvořen jako model kognitivní schopnosti.

Podobně i Kerr et al. (2006) našli vztah celkové schopnostní (opět metodika MSCEIT) emoční inteligence s efektivitou leaderů. Korelace EI s hodnocením leaderů jejich supervizory či nadřízenými dosáhla velmi vysoké statistické signifikance a její hodnota byla 0,39. Pozitivní významný vztah vykazaly i dvě ze subškál nástroje MSCEIT, a sice vnímání emocí a využití emocí. Na druhou stranu je však třeba zdůraznit, že v tomto výzkumu nebyly brány v potaz jiné, dobře etablované aspekty v rámci psychologie, jako např. Big Five osobnostní rysy či obecný intelekt kognitivní, a je tedy otázkou, do jaké míry by vliv této

proměnné zůstal prediktivní po případném omezení vlivu zmíněných proměnných s potenciálem ovlivňovat daný výsledek.

Stejně jako jsem se zmiňoval o metaanalytických studiích zkoumajících vztah mezi emoční inteligencí a pracovním výkonem u zaměstnanců, je možno zmínit i metaanalýzy, které zkoumají podobný vztah, avšak u leaderů a efektivitu jejich řízení. Takto například Mills (2009) našel na podkladě 48 zahrnutých výzkumů středně silný pozitivní vztah mezi emocionální inteligencí a efektivitou leadera. Ten dosahoval hodnoty 0,38 a jak autor tvrdí, byť může být tato hodnota zveličována, zdá se být emoční inteligence důležitou komponentou pro vykonávání efektivního řízení v organizaci. I proto mimojiné nabádá na důležitost rozvoje a zdokonalování se v emoční inteligenci.

Jinou metaanalytickou studii z oblasti vztahu EI s pracovním prostředím uskutečnili Schlaerth, Ensari a Christian (2013). Tato se týkala souvislosti úrovně EI s konstruktivním řešením konfliktů leadery. Zároveň zde byl zájem postihnout, zdali je tento vztah (bylo zahrnuto 20 korelačních studií s více než 5000 respondenty celkem) silnější u osob, které byly kódovatelné jako leaderi (vedoucí nějakou skupinu osob) nebo u zaměstnanců, kteří toto privilegium nebo post v organizaci neměli. V potaz byl brán také věk jako potenciální zprostředkovatel těchto vztahů. Výsledky ukázaly, že vyšší úroveň celkové emoční inteligence se pojila s konstruktivnějším řešením konfliktů. Ze subdomén EI pak byl vykázan větší pozitivní vztah u proměnné „schopnost vyrovnat se s emocemi druhých“ než u proměnné „schopnost vyrovnat se s vlastními emocemi“, nicméně statisticky signifikantně vyšly obě charakteristiky. Další analýzy mimojiné prokázaly, že věk nehrál zprostředkující roli ve zkoumaném vztahu (autoři tento vztah očekávali na základě zjištění některých výzkumů, že úroveň emoční inteligence vzrůstá mírně s věkem). A konečně zjišťovaný vztah byl také silnější pro osoby, které nebyly v pozici leaderů, než tomu bylo u samotných leaderů.

Ukazuje se tedy na základě výše nastíněných výzkumů – které pro druh této práce mohou pochopitelně tvořit pouze menší výsek – že konstrukt emoční inteligence má své opodstatnění i v poli organizace práce. Objeveno bylo mnoho důkazů o jejím vlivu, ať už mezi zaměstnanci nebo u leaderů, a to s takovými aspekty jako pracovní výkon, závazek k organizaci, vyrovnávání se s pracovním stresem nebo konstruktivní řešení konfliktů. A ačkoliv mohou některé z výsledků studií působit nekonzistentně nebo nadhodnoceně či sporně vzhledem k různým modelům EI, zdá se být – alespoň dle mého osobního názoru – tento konstrukt vlivným činitelem v pracovním životě a jistě заслужuje další výzkum.

## **5.4 Emoční inteligence jako katalyzátor sociálních vztahů a manželství**

V předcházejících kapitolách bylo pojednáváno o vlivu emoční inteligence jedinců ve školním prostředí, pracovním prostředí či v rámci individuálních diferencí. Ve všech těchto oblastech je možno spatřovat i vztažnost k sociálnímu světu, a tak není překvapující, že vliv emoční inteligence je ve studiích dohledatelný, i pokud se jedná o sociální fungování či například spokojenost v manželství. Eisenberg et al. (2000) tvrdí, že individuální difference ve valenci a intenzitě emocí a také ve využívání relevantních emočně-regulačních strategií hrají stěžejní roli v kvalitním sociálním fungování. Autoři uskutečnili longitudinální studii, v níž zkoumali vliv rezilience, ego-kontroly, emoční regulace a celkově emocionality na kvalitu sociálního fungování a na sociální kompetence, a to skrze závislá měření s odstupem dvou let. Jejich výsledky potvrdily, a jak tvrdí způsobem konzistentním s jinými výzkumy, že emoce a její správná regulace hrají základní roli v rozvoji vysoce kvalitního sociálního chování. Negativní emocionalita se ukazuje jako zprostředkovatel a obecně ohrožující faktor pro rozvoj problémů v sociálním chování, jelikož ohrožuje možnost regulace chování a projevení sociálně přiléhavých či prosociálních druhů chování.

Inspirovající studii publikovali Brackett, Mayer a Warner (2004) s využitím metodiky MSCEIT a propůjčením si a přizpůsobením Lewinova modelu životního prostoru, které byly analyzovány na vzorku 330 osob. V první řadě bylo zjištěno, že tato schopnostní emočně-inteligenční metodika povětšinou nekoreluje s dimenzemi Big Five ani se studijním průměrem, čímž je podle autorů prokázána diskriminační validita schopnostní EI, jelikož extrahuje i takové důkazy o individuálních diferencích mezi jedinci, které nejsou obsaženy ve velké pětce či akademickém úspěchu. Pokud jde pak o souvislost emoční inteligence se sociálním okolím a s interpersonálními vztahy, bylo zjištěno, že její celková úroveň negativně koreluje s abúzem návykových látek, alkoholu a s projevovaným deviantním chováním ve společnosti (bitky, zvandalizování majetku), a to na statisticky signifikantní úrovni. Pozitivní souvztažnosti (opět statisticky významné) pak byly vykázané mezi emocionální inteligencí a péčí o vlastní vzhled a také s kladnými interpersonálními vztahy. Naopak negativní souvztažnost byla zaznamenána s negativními interpersonálními kontakty (měřeno frekvencí hádek a užíváním návykových látek s osobami). Tyto statisticky významné vztahy navíc zůstaly signifikantní i po kontrolování vlivu proměnné osobnostních charakteristik z Big Five. Podle autorů je pak také predikce s behaviorálními kritérii významná zejména pro mužské pohlaví.



Lopes et al. (2004) se rovněž zabývali vztahem emoční inteligence se sociálními interakcemi a i oni využili pro svůj výzkum nástroj k měření úrovně schopnosti emoční inteligence. I tito autoři došli k podobným výsledkům, a sice že vyšší úroveň (nicméně v tomto výzkumu u subškály „řízení emocí“ z metodiky MSCEIT) emoční inteligence byla spjata pozitivně a statisticky významně s vlastním posouzením kvality vlastních interpersonálních vztahů. Zároveň byl tentýž vztah statisticky prokázán (a dokonce silněji) v případě, že kvalitu interpersonálních vztahů hodnotili u daného respondenta jiné osoby. Data tvořená hodnoceními druhých osob pak rovněž prokázala významný záporný vztah řízení emocí s negativními sociálními interakcemi a pozitivní signifikantní vztah s emocionální podporou. Zároveň byla prokázána pro zmiňovanou subškálu míra inkrementální validity s přidavkem sedmi až jedenácti procent vysvětlené variance pro čtyři zavedené kritériální proměnné nad dimenze Big Five.

Ježto se ve výše uvedené studii jednalo o vztažnost emocionální inteligence k blízkým interpersonálním vztahům (přátelé), rozhodli se autoři rozšířit tento výzkum další studií, která bude brát v potaz kvalitu sociálních interakcí zkoumáním zkušeností s různými osobami za využití designu opakovaných měření, přičemž měli participanti za úkol vést si deník o svých zkušenostech ze sociálních situací. Ukázalo se, že subškála „řízení emocí“ byla pozitivně vztažena k proměnným sociální sebedůvěra, sebeakceptování a akceptování druhých lidí, jistá vazba, vyhledávání osobnostního růstu, sebeprezentační strategie (vyvolávání pozitivního dojmu o sobě strategiemi zavdčování se, sebeprosazování a příkladnosti). V rámci sociálních interakcí se ukázalo, že „užití emocí“ se pozitivně vztahovalo k tomu, jak příjemné a zajímavé jednotlivé osoby své interakce shledávaly a také k tomu, jak bezpečně a důležitě se v těchto interakcích jednotlivci cítili být. „Řízení emocí“ bylo prozvěnu kladně vztažené k tomu, jak moc se participanti cítili v sociálních interakcích důležití a chtění. Skóry pro „vnímání emocí“ pak byly negativně spojeny s tím, jak moc se jednotlivci cítili být v sociální interakci dominantní. Další analýzy pak ukázaly, že vztahy mezi vnímanou kvalitou sociální interakce a subškálami „vnímání, užití a porozumění emocím“ se neměnily, pokud se braly v potaz kombinace pohlaví v interakcích. U subškály „řízení emocí“ byla naopak prokázána větší vztažnost pro sociální interakci s člověkem pohlaví opačného, a to ve vnímání radosti, intimity, zájmu, důležitosti a respektu, které přisuzovali participanti těmto interakcím (Lopes et al., 2004).

V rámci strategií používaných za účelem vytváření konkrétních dojmů na osobu, s níž se nacházeli participanti v sociální interakci, se prokázalo, že subškála „řízení emocí“ byla

jako jediná ze subškál nástroje MSCEIT s těmito strategiemi ve významném vztahu – jednalo se přitom o strategie, jejichž účelem bylo o sobě vytvářet dojem přátelského, příjemného, kompetentního, inteligentního, zajímavého, čestného a atraktivního člověka. A tyto vztahy byly povětšinou významné bez ohledu na to, zdali se osoby nacházely v sociální interakci s člověkem stejného či opačného pohlaví. A jak autoři také akcentují, jejich výsledky silně hovoří ve prospěch metodiky MSCEIT, pokud jde o inkrementální validitu nad Big Five charakteristiky, které výzkumníci na stejných respondentech rovněž zjišťovali (Lopes et al., 2004).

Doposud popisované studie prokazují vlivnost konceptu emoční inteligence v sociálních vztazích a interakcích. Jedná se přitom o pouhý výsek studií, které se na toto téma orientují; v reálném stavu je podobných studií mnohem více. Např. Brackett et al. (2006) potvrzují souvislost úrovně schopností emoční inteligence s týmovým hráčstvím či celkovými sociálními kompetencemi u mužů. Vzhledem k množství publikovaných studií a druhu této práce není možné podávat rozsáhlejší výčet, a proto bych se rád po prokázání vlivu EI v sociálních interakcích zaměřil ještě na specifický druh vztahu, a sice partnerství či manželství, v němž hraje emocionální inteligence také svou roli a jejíž souvislosti v této oblasti rovněž prozkoumávaly některé studie.

Například nedávno Eslami, Hasanzadeh a Jamshidi (2014) zkoumali vztah mezi emoční inteligencí a vypovídanou úrovní pocíťované manželské spokojenosti a zjistili, že mezi nimi existuje velmi vysoce významný pozitivní vztah. V jejich výzkumu využili Bar-Onovu metodiku k měření emoční inteligence a pro zjištění vnímané manželské spokojenosti distribuovali dotazník, který tuto proměnnou zachycuje 115 dotazy na dvanácti škálách (v angl. originálu „Enrich marital satisfaction questionnaire“). Respondentů bylo přes dvě stovky, z nichž zhruba polovina referovala o svém manželském svazku jako o konfliktním, zatímco druhá polovina osob tvořících vzorek vnímala své manželství jako spokojené. Regresní analýza dat vykazala výsledky svědčící o predikujícím vlivu celkové emoční inteligence (i jejích subdomén v Bar-Onově modelu) pro hodnoty úrovně vnímané manželské spokojenosti.

Schutte et al. (2001) tvrdí, že takové kvality, jako jsou porozumění emocím druhých, schopnost pomáhat druhým vhodně regulovat jejich nálady a být spochten regulovat a ovládat své vlastní emoce v sociální interakci s druhými, mohou pomáhat jedincům v budování uspokojivých dlouhodobých vztahů. Proto by se podle nich mohlo očekávat, že jedinci s vyšší emoční inteligencí budou mít lepší manželské vztahy a budou taktéž zažívat více vnímané

manželské spokojenosti. A skutečně, jejich vzorek čítající 37 vdaných žen a ženatých mužů poskytnul data, z nichž vyplynulo, že s vyšší mírou emoční inteligence se pojilo více manželské spokojenosti, a to na velmi vysoké signifikantní úrovni. Tento vztah pak platil i v případě, že respondenti sami hodnotili, jakou úroveň EI jejich protějšek má. Navíc, v další jimi uskutečněné studii autoři prokázali také to, že osoby vnímané jako více emocionálně inteligentní jsou více žádané a dostávaly od respondentů signifikantně vyšší ohodnocení než osoby, které byly ve výzkumném designu popsány tak, aby odpovídaly lidem s nižší mírou emoční inteligence.

A uvedu ještě jednu výzkumnou studii, jež se zabývala vlivem emoční inteligence v manželském či partnerském svazku. Batool a Khalid (2012) získali vzorek 170 osob, tj. 85 manželských párů, na nichž sejmuli škálu emoční inteligence, kterou si sami utvořili inspirováni modelem Bar-Ona, a dále také dotazník řešení konfliktů a dotazník manželského přizpůsobení. I v tomto výzkumu výsledky svědčí o tom, že svazky, v nichž manželé měli vyšší úroveň emoční inteligence, byly signifikantně vnímané jako kvalitnější (s lepším řešením konfliktů a lepším manželským přizpůsobením). Emoční inteligence také dle výsledků regresní analýzy pozitivně predikovala zmiňované řešení konfliktů a manželské přizpůsobení, čili ty dvě proměnné, jež byly využity jako indikátory pro zhodnocení kvality manželského svazku.

Pojednáním o výše zmíněných výzkumných studiích se tedy ukazuje, že emoční inteligence má svůj vliv i v manželství a partnerství. Na druhou stranu, výzkumů na toto téma je – např. ve srovnání s pracovním prostředím či zdravím – stále ještě méně a bylo by potřeba uskutečňovat další – už i proto, že ve srovnání s jinými oblastmi se v těchto studiích nezkoumá přídavný vliv jiných proměnných, např. osobnostních charakteristik Big Five, jako tomu bylo u sociálních interakcí obecně, pracovního života nebo zdraví. Tyto osobnostní dimenze totiž mohou výsledky uvedených výzkumů ovlivnit a eliminovat zatím se prokazující vliv EI. Celkově však bylo cílem této kapitoly podat pestrým výběrem výzkumných studií důkaz o oprávněném zastoupení konceptu emoční inteligence v rozličných důležitých oblastech v životě člověka. Ve světle všech těchto vyvstávajících důkazů o hodnotě emoční inteligence v životě lidí se pak tedy nabízí otázka, zdali není vhodné správným způsobem zkoušet rozvíjet její úroveň a o těchto možnostech a výsledcích jednotlivých intervencí bude pojednávat v krátkosti další a již poslední kapitola teoretické části práce.

## 6. Možnosti rozvoje emoční inteligence

Předcházející kapitola naznačila svým výkladem, jak důležitá se zdá být emoční inteligence v životě jedince. Byl například zmíněn vztah emoční inteligence se školními výsledky, souvislost EI s pracovním výkonem, probírala se i souvztažnost EI s interpersonálními vztahy a bylo pojednáno i o závažné relaci emoční inteligence – psychické a fyzické zdraví. S těmito aspekty se tedy nutně pojí otázka o potenciální možnosti rozvoje emoční inteligence pro zajišťování lepších výsledků ve výše zmíněných oblastech lidského života. V této souvislosti např. Schutte et al. (2001) hovoří o tom, že byt' byly původní koncepce emoční inteligence konceptualizovány jako relativně stabilní schopnosti, je možné je intenzivním tréninkem zdokonalovat, což by mělo vést budoucí výzkumníky k tvorbě studií, které by prošetřovaly, zdali je možné zdokonalováním emoční inteligence možné zlepšovat míru empatie, sebeuvědomění, sociálních dovedností, kooperace, vztahových vazeb či třeba manželské a partnerské spokojenosti.

Existují publikace i studie zaměřující se na možnosti rozvoje emoční inteligence a na způsoby, jak této ameliorace dosáhnout. Např. Bradberry a Greaves (2007) v této souvislosti hovoří o nutnosti vytrvalosti a disciplinovanosti při vytváření nových vzorců chování a zdokonalování svých schopností. Vylepšování se v emoční inteligenci spojují s úžasnou vlastností lidského mozku, a sice s jeho plasticitou. Zmiňují se o větvení neuronů při praktikování nového a z jejich tezí je patrné, že pod touto tematikou vnímají učení se nebo tzv. shaping – nový návyk (emočně inteligentní) musí dle nich jedinec vytrvale zavádět do praxe a přizpůsobovat situacím, učit se mu a zejména vykonávat jej opakovaně, čímž se spoje v mozku odpovědné za jeho uskutečňování upevní, a nový vzorec chování se tak stane přirozenou komponentou jedinceva chování. Nadto uvádějí, že existují průkazy o tom, že nacvičení některých vzorců zůstalo trvalou vlastností i po několika letech a přirovnávají toto učení se novým vzorcům chování (např. alternativní reakce pro zlostné vykřikování) k takové situaci, jako když sportovec dlouhodobě disciplinovaně trénuje na závody.

A co je tedy konkrétně potřeba cvičit pro zvýšení individuální úrovně emoční inteligence? Autoři zmiňují v první řadě cvičit vlastní schopnost sebeuvědomění a vnímat to, co se v člověku ve skutečnosti děje – sledovat a monitorovat své pocity a nechávat jim volný prostor, tj. nebránit se jim. A to ani těm, které vyhodnocujeme jako negativní a které jsou nám nepříjemné – jejich ignorace či popírání je podle autorů největším problémem v pěstování emoční inteligence, neboť se tím odsunuje do pozadí možnost konstruktivního využití emoce jako přirozené součásti našeho života a zároveň se tím omezuje naše schopnost

sebeuvědomění a poznávání sebe sama. Naopak je potřeba se zmocnit této příležitosti a využít také myšlenek a fyzických stavů, jež se s emocemi v aktuální situaci pojí – ty nás totiž často vedou k odhalení toho, co to vlastně prožíváme. A zmíněné okolnosti je nadto potřeba sledovat a vnímat i u ostatních, s nimiž se dostáváme do kontaktu, tj. být vnímaví k tomu, co prožívá náš protějšek, sledovat známky jeho emocí a podle toho vhodně usměrňovat aktivity. Jednotlivé rady autorů takto krásně kopírují stěžejní charakteristiky emoční inteligence v Golemanově pojetí, tj. sebeuvědomění, sebeovládání, motivaci, empatii a obratnost v sociálním styku (Bradberry a Greaves, 2007).

Goleman (1995), který se zabývá zejména aplikací emoční inteligence v oblasti pracovního života, nicméně zdůrazňuje, jak velkou roli hrají pro utváření emoční inteligence člověka již od nejútlejšího dětství rodiče a výchovný styl, kterým své dítě vychovávají a hovoří přímo o předávání a zprostředkovávání emoční inteligence potomkům. Autor se vyslovuje pro kultivování emočního sebeuvědomování (rozpoznávání svých emocí, chápání kauzality jejich vzniku, jejich rozeznávání), emoční regulace (zejména s ohledem na kultivaci reakcí na negativní emoce, toleranci vůči stresu, ale i rozvoji pozitivních citů) a dále pro rozvoj originálního využívání emocí. Nechybí ani akcent na sociální aspekty, a nabádá tudíž i k rozvoji empatických schopností, kooperaci, ale zároveň i asertivního chování, učení se analýze mezilidských vztahů a analýze prožívání emocí druhých z vnímání jejich projevů.

Bradberry a Greaves (2007) pak dále z konkrétních technik zmiňují následující: učení se ovládat své sklony nějakým způsobem reagovat anebo připravovat se předem na situaci, která má potenciál být emociogenní, což může ve výsledku vylepšovat naše reagování směrem k emočně inteligentnějšímu chování, a pakliže je taková situace neočekávaná a nejsme připraveni, snažit se být si toho vědomi a vydržet chvíli bez reakce, což nám pomůže více promyslet další krok. Další probíranou technikou je metoda vnitřního hovoru se sebou samotným, což má rovněž sloužit k uspořádání myšlenek ohledně následujícího jednání a zároveň má tato aktivita potenciál ovlivnit intenzitu samotné emoce. Autoři nabádají také k aktivnímu naslouchání, neskákání do řeči druhým a k projevování zájmu o druhé, s nimiž jsme právě v sociální interakci. V neposlední řadě také akcentují nutnost vnímavosti k emocím druhých podle projevů lidí a nikoliv jen podle toho, co nám verbálně sdělují. Se sociální interakcí zároveň pojí také potřeba objevování důsledků, které mají naše vlastní emoce v těchto interakcích.

Jak vidno, tedy existují návrhy či šablony na to, jakým způsobem zlepšovat emoční inteligenci – přitom uváděné aktivity jsou pro možnosti této práce pouze zevrubným popisem,

takže ve skutečnosti existují i další techniky a programy vzdělávání v emoční gramotnosti než tyto, o nichž jsem se zmínil výše. Druhou věcí jsou výsledky, které tyto programy přinášejí, a to zejména s ohledem na jejich dlouhodobost. Pro prokázání či vyloučení jejich vlivu jsem se tedy rozhodl podat v krátkosti ještě výčet několika málo studií, které se touto oblastí zabývaly. Například Grant (2007) srovnával účinnost dvou tréninkových programů, které se zaměřily na zlepšení emoční inteligence a na dovednosti koučů orientované na cíl. Obsah obou programů byl totožný, nicméně rozdíl mezi nimi byl zejména v časové dotaci – zatímco první byl dlouhodobý a trval 13 týdnů s pravidelnými semináři obsahujícími teoretické vzdělávání i praktické aplikace, druhý, stejného rázu, byl zhuštěně a intenzivně blokově podaný, trval pouze dva dny, mezi nimiž byl třídní odstup. Data autor sesbíral metodou pretestování a posttestování participantů a analyzoval jejich párové difference. Zatímco u dovedností kouče bylo zaznamenáno signifikantní zlepšení v obou z výše uváděných tréninkových programů, u emoční inteligence byl rozdíl statisticky významný pouze u dlouhodobějšího a nikoli u dvoudenního intenzivního tréninku. To je ve shodě s tezemi, které uvádějí Goleman (1995) nebo Bradberry a Greaves (2007) o tom, že emoční inteligenci je možno zdokonalovat, avšak dlouhodoběji a plánovitě, systematicky.

Jiná a novější studie se zaměřila na efekt krátkodobého a střednědobého tréninku v emoční inteligenci na psychické zdraví adolescentů. I zde byla využita pochopitelně metodika pretestu a posttestu a vzorek čítal téměř pětset španělských adolescentů. Tréninkový program byl sestaven na bázi původního schopnostního modelu emoční inteligence, a zahrnoval tedy zdokonalování se ve schopnostech vnímání, hodnocení a vyjadřování emocí, ve využívání emocí pro facilitaci myšlení, v porozumění emocím a v jejich regulaci pro osobnostní růst. Celá procedura trvala dva roky a kromě sejmutí posttestu byl ještě zjišťován rozdíl i 6 měsíců od ukončení intervence. Výsledky prokázaly, že skupina, která prošla intervencí, vykazovala lepší psychické zdraví ve smyslu menšího počtu klinických symptomů (pocity neschopnosti, sociální stres, somatizace, depresivní symptomy) a zvýšení well-beingu. Navíc hodnota velikosti účinku byla větší v následném šetření po šesti měsících než ta, která byla zjištěna analýzou závislých proměnných bezprostředně po tréninku. Studie tak nasvědčuje tomu, že zdokonalování se v emoční gramotnosti může být spojeno se zlepšováním psychického zdraví (Ruiz-Aranda et al., 2012).

Jinou studii hovořící ve prospěch výsledků v trénování se emoční inteligence uskutečnili Nelis et al. (2009). I zde byl uskutečněn design s experimentální a kontrolní skupinou, přičemž byly snímány data z metodik postihujících emoční inteligenci (TEIQue),

regulaci emocí (ERP-R) a alexithymii (TAS), a to ve třech časech – pretest, posttest bezprostředně po intervenci a posttest č. 2 po šesti měsících od ukončení intervence, která sestávala ze čtyř seancí (jedna týdně) po dvou a půl hodinách. Celkově tedy trvala měsíc a byla založena na bázi původního modelu Saloveye a Mayera a jimi utvořených hlavních charakteristik EI. Participanti, kteří byli přiděleni do experimentální skupiny, procházeli různými aktivitami, které byly náplněmi intervence – jednalo se např. o krátké přednášky, hraní rolí, skupinové diskuze, úkoly pro dvojice, četby nebo deníky, do nichž měli účastníci zaznamenávat denně jednu zkušenost s emocionální zkušeností. Výsledky prokázaly signifikantní nárůst hodnot svědčících o emoční inteligenci pro experimentální skupinu. Navíc, tento nárůst měl tendenci se ještě zvyšovat i v průběhu následujících šesti měsíců, byť už jen mírně a statisticky nevýznamně ve srovnání s bezprostředním postintervenčním testováním. Statisticky významný rozdíl mezi pretestem a posttestem byl prokázán i pro další proměnné, tj. TAS a ERP-Q, a opět pouze pro experimentální skupinu. Kontrolní skupina signifikantní nárůst nezaznamenala. Analýza tak i v této studii svědčila o efektivnosti intervence zaměřené na zdokonalení individuální úrovně emoční inteligence.

Doposud rozebírané studie popisovaly vliv intervence obecně, v souvislosti se zdravím či v pracovním životě. Ovšem podobně je možno podchytit efektivitu tréninku i v oblasti školního prostředí, a proto bych rád uvedl ještě jednu studii. Ornaghi, Brockmeier a Grazzani (2014) zkoumali ve své studii, zdali trénování dětí školního věku v porozumění emocím má dopad na sociální kognici. I v tomto výzkumu byly rozděleny děti do dvou skupin, z nichž jedna skupinka prošla intervencí. Ta sestávala ze čtení dětem krátkých scénářů založených na emocionální tématice. Následně podstoupily děti v experimentální skupině konverzaci s výzkumníkem, kdy byly ponoukány k tomu, aby sdílely a vylíčily ve strukturovaných konverzacích jejich vlastní zážitky a myšlenky ve vztahu k cílové emoci (radost, zlost, strach, smutek a vina). Tréninková setkání se zároveň neomezovala pouze na konkrétní emoci, ale taktéž na porozumění podstaty dané emoce, dále na pochopení jejích příčin a v neposlední řadě také na pochopení možnosti regulovat danou emoci. Naproti tomu dětem ze skupiny kontrolní byly předčítány stejné krátké scénáře, avšak tyto děti měly za úkol vytvořit nějakou vlastní kresbu o příběhu, který právě slyšely, aniž by o tom vedly rozhovor s výzkumníkem.

Obě skupiny dětí, jak experimentální, tak kontrolní, prošly ještě před samotnou intervencí a její alternativou sadou krátkých testů, které stanovili výzkumníci této studie jako vhodné pro zjišťování možných rozdílů. Rovněž stejnými testy, které byly distribuované jako pretest, prošly děti i tři měsíce poté, aby byly zjištěny skóry v posttestu. Kromě toho

v odstupu půl roku po posttestu prošly děti ještě jedním z testů, a sice testem porozumění emocím (ten byl součástí jak pretestu, tak posttestu). Výsledkem bylo, že děti z experimentální skupiny předčily svými skóry děti ze skupiny kontrolní v rámci porozumění emocím, ale rovněž v úrovni teorie mysli a empatie. A co víc, tento pozitivní výsledek měl (opět) tendenci zůstat stabilní i s odstupem času, tj. šest měsíců po sejmutí posttestu. A přitom výchozí úroveň skóre při pretestování byla totožná pro skupinu experimentální i kontrolní. Na základě výzkumem zjištěných faktů autoři konstatují a uzavírají, že jejich nálezy jednoznačně prokazují užitečnost konverzačních aktivit pro zdokonalování kognitivních a socioemocionálních kompetencí dětí ve vzdělávacích kontextech (Ornaghi, Brockmeier a Grazzani, 2014).

Podle výsledků zde uváděných studií tak je zřejmé, že vhodně sestavené tréninky pro zdokonalování emoční inteligence mají své opodstatnění a mohou pomáhat lidem ať už ve školním prostředí, v pracovním životě nebo s vlastním zdravím. Koncepce emoční inteligence je stále ještě novější oblastí, a o to novější jsou proto i tréninky a v nich využívané techniky pro její zdokonalení. Dá se tedy v budoucnu očekávat příliv dalších studií, které budou prokazovat pozitivní výsledky o efektivitě tréninku EI na rozličné oblasti lidského života. S touto pozitivní informací bych rád zakončil teoretickou část práce a nyní bych pokračoval v části praktické.



## 7. Empirická část

### 7.1 Úvod

Emoční inteligence je konstruktem, který je relativně novým a jenž se stal předmětem rozsáhlého výzkumu v různých oblastech – individuální difference v její úrovni, souvislost EI s pracovním výkonem a manažerskými schopnostmi, se spokojeností v manželství nebo s tak závažnými aspekty jako jsou fyzické a psychické zdraví. Salovey a Mayer (1990) byli prvními autory, který tento pojem explicitně definovali a spatřovali pod ním celou sadu schopností, mezi které zahrnuli sledování vlastních emocí i emocí druhých osob, schopnosti správně mezi nimi rozlišovat a v neposlední řadě také schopnosti je vhodným způsobem využívat pro usměrnění chování a myšlení individua.

Po explicitním etablování tohoto konstruktů nastal velký boom teoretizování ohledně toho, co vše může spadat pod emoční inteligenci, a vznikala řada modelů, z nichž těmi stěžejními jsou model Bar-Ona (2006), model Golemana (2002) a právě zmiňovaný model Salovey a Mayera (1990). Právě Goleman (1995) velice také zpopularizoval téma EI svým best-sellerem, v němž silně zdůrazňoval důležitost emoční inteligence pro úspěch jedince v životě a tento akcent kladl dokonce nad důležitost klasické kognitivní inteligence, což se mimojiné stalo předmětem diskuzí a kritiky. Na druhou stranu svou čtivou publikací přiblížil tuto tematiku masám lidí i z laické veřejnosti, což vedlo k zájmu o tuto oblast, která se projevovala i velkým množstvím výzkumných studií, které vznikaly.

Kvapný rozmach mnohdy více či méně se odlišujících teorií EI a s tím se pojící i vývoj různých metodik aspirujících na měření emoční inteligence vedl nutně k zmatku, který v této doméně nastal, a objevily se dohady o tom, co vlastně pod emoční inteligencí lze spatřovat (např. Warwick a Nettelbeck, 2004). Zatímco některé metody postihující individuální úroveň emoční inteligence byly vybudovány na bázi self-reportu, jiné se podobaly klasickým intelligenčním testům a staly se výkonnostními, v nichž existovaly dobré a špatné odpovědi. V této souvislosti se však začaly objevovat výsledky, u nichž se ukázalo, že spolu nesouvisí, byť se a priori předpokládalo, že mají měřit stejný konstrukt, tedy emoční inteligenci.

Rozřešení těmito inkonzistencím ve výsledcích výzkumů přinesli Petrides a Furnham (2000), kteří navrhli rozdělení koncepce emoční inteligence do dvou větví, přičemž jedna se označuje v literatuře jako ability-EI (schopnostní) a druhá jako trait-EI (rysová). Stěžejním rozdílem přitom, jak uvádí, je spíše než teorie sama o sobě právě způsob měření, který je využit v konkrétní metodice. Zatímco schopnostní větve emoční inteligence je zjišťována

metodou maximálního výkonu s dobrými a špatnými odpověďmi a týká se lidských schopností, tak druhá, rysová EI, je zjišťována sebeuposuzovacími škálami, které se opírají o cross-situačně stabilní behaviorální dispozice a projevují se ve specifických rysech či chování.

V tomto ohledu pak byly zjišťovány různé výsledky – zatímco např. ability-EI byla ve vztahu ke kognitivní inteligenci či abstraktnímu uvažování a nikoli s rysovými dimenzemi Big Five, tak naopak trait-EI korelovala s dimenzemi velké pětky, ale nikoli s intelektem. Zároveň mezi sebou tyto dvě větve vykazovaly, pokud vůbec, tak jen malé vztahy, a byly tudíž podány důkazy pro rozlišování těchto dvou linií EI (např. Warwick a Nettelbeck, 2004).

Bez ohledu na dělení EI na rysovou nebo schopnostní výzkumné studie přinesly také zajímavé důkazy o interindividuálních rozdílech jedinců v úrovni EI. Například bylo zjišťováno, že EI je signifikantně vyšší u žen než u mužů (Schutte et al., 1998; Ciarrochi, Chan a Caputi, 2000; Van Rooy, Alonso a Viswesvaran, 2005), že emoční inteligence je vyšší s vyšším věkem (Van Rooy, Alonso a Viswesvaran, 2005) nebo že úroveň emoční inteligence pozitivně souvisí s androgynií nebo s interakčním efektem pohlaví a androgynie (Guastello a Guastello, 2003; Ardolino, 2013). Navzdory těmto diferencím v úrovni emoční inteligence mezi muži a ženami nebo podle genderových charakteristik prakticky neexistují důkazy o tom, jestli existují tyto rozdíly rovněž mezi různě sexuálně orientovanými osobami. Za tímto účelem je tedy uskutečňována tato výzkumná studie s výzkumnou otázkou, zdali existuje rozdíl v úrovni emoční inteligence mezi odlišně sexuálně orientovanými osobami, a to se specifickým zaměřením na rozdíl EI mezi homosexuálními a heterosexuálními jedinci. S tím se zároveň pojí také otázka, existují-li případné rozdíly ve strategiích emoční regulace (jako jedné z důležitých složek emoční inteligence) mezi různě sexuálně orientovanými osobami, opět s akcentem na rozdíly mezi sexuální menšinou a většinou.

Hlavními cíli tohoto výzkumu tedy jsou:

- zjistit, existuje-li rozdíl v úrovni emoční inteligenci mezi heterosexuálně a homosexuálně orientovanými jedinci,
- zjistit, existují-li rozdíly ve strategiích emoční regulace mezi heterosexuálně a homosexuálně orientovanými jedinci.

Tyto dva hlavní výzkumné cíle jsou následně ještě rozšířeny o dílčí cíle, kterými jsou již replikace stávajících výzkumů a jejichž úkolem je potvrdit minulá zjištění o tom, že:

- existují rozdíly v úrovni emoční inteligence obecně mezi ženami a muži,

- existují rozdíly v úrovni emoční inteligence mezi staršími a mladšími osobami,
- existují rozdíly v úrovni emoční inteligence mezi jedinci, kteří posuzují zdravotní stav jako dobrý a bez potíží a těmi, kteří jej hodnotí jako zatížený závažnými problémy.

Dalším dílčím cílem pak je také prozkoumání faktorové struktury modifikované verze dotazníku SEIS.

Vzhledem k výše nastíněným hlavním a dílčím cílům jsou pro jejich dosažení stanoveny následující výzkumné hypotézy, u nichž jsou rozepsány podle tradice statistiky nulové a alternativní verze a pro lepší přehlednost jsou jednotlivé výzkumné hypotézy odděleny vodorovnými linkami:

**H1:**  $H_0$ : Neexistuje statisticky významný rozdíl v úrovni emoční inteligence mezi heterosexuálně a homosexuálně orientovanými osobami.

$H_A$ : Existuje statisticky významný rozdíl v úrovni emoční inteligence mezi heterosexuálně a homosexuálně orientovanými osobami.

---

**H2:**  $H_0$ : Neexistuje statisticky významný rozdíl v úrovni emoční inteligence mezi heterosexuálními a homosexuálními muži.

$H_A$ : Existuje statisticky významný rozdíl v úrovni emoční inteligence mezi heterosexuálními a homosexuálními muži.

---

**H3:**  $H_0$ : Neexistuje statisticky významný rozdíl v úrovni emoční inteligence mezi heterosexuálními a homosexuálními ženami.

$H_A$ : Existuje statisticky významný rozdíl v úrovni emoční inteligence mezi heterosexuálními a homosexuálními ženami.

---

**H4:**  $H_0$ : Neexistuje vztah mezi úrovní emoční inteligence a emoční regulace.

$H_A$ : Existuje vztah mezi úrovní emoční inteligence a emoční regulace.

---

**H5:**  $H_0$ : Neexistuje statisticky významný rozdíl ve strategii emoční regulace mezi heterosexuálně a homosexuálně orientovanými osobami.

$H_A$ : Existuje statisticky významný rozdíl ve strategii emoční regulace mezi heterosexuálně a homosexuálně orientovanými osobami.

---

**H6:** H<sub>0</sub>: Neexistuje statisticky významný rozdíl ve strategii emoční regulace mezi heterosexuálními a homosexuálními muži.

H<sub>A</sub>: Existuje statisticky významný rozdíl ve strategii emoční regulace mezi heterosexuálními a homosexuálními muži.

---

**H7:** H<sub>0</sub>: Neexistuje statisticky významný rozdíl ve strategii emoční regulace mezi heterosexuálními a homosexuálními ženami.

H<sub>A</sub>: Existuje statisticky významný rozdíl ve strategii emoční regulace mezi heterosexuálními a homosexuálními ženami.

---

**H8:** H<sub>0</sub>: Ženy nemají signifikantně vyšší úroveň emoční inteligence než muži.

H<sub>A</sub>: Ženy mají signifikantně vyšší úroveň emoční inteligence než muži.

---

**H9:** H<sub>0</sub>: Starší jedinci nemají signifikantně vyšší úroveň emoční inteligence než mladší jedinci.

H<sub>A</sub>: Starší jedinci mají signifikantně vyšší úroveň emoční inteligence než mladší jedinci.

---

**H10:** H<sub>0</sub>: Zdraví lidé nemají signifikantně vyšší úroveň emoční inteligence než lidé nemocní.

H<sub>A</sub>: Zdraví lidé mají signifikantně vyšší úroveň emoční inteligence než lidé nemocní.

---

V souvislosti s těmito hypotézami je potřeba také na tomto místě ve stručnosti doplnit, že koncept emoční inteligence je v tomto výzkumu operacionalizován modifikovanou verzí dotazníku SEIS (Austin et al., 2004), a je tedy zachycována rysová větev EI. Emoční regulace – jako důležitá součást emoční inteligence – je operacionalizována skrze škálu ERQ (Gross a John, 2003), která zachycuje dva způsoby emočně-regulačních strategií, a sice kognitivní přehodnocení a potlačení emocí. Obě škály byly již dříve přeloženy do českého jazyka a využívány pro výzkumné účely. Podrobněji o těchto nástrojích je pojednáno v sekci o metodikách.

## 7.2 Metoda

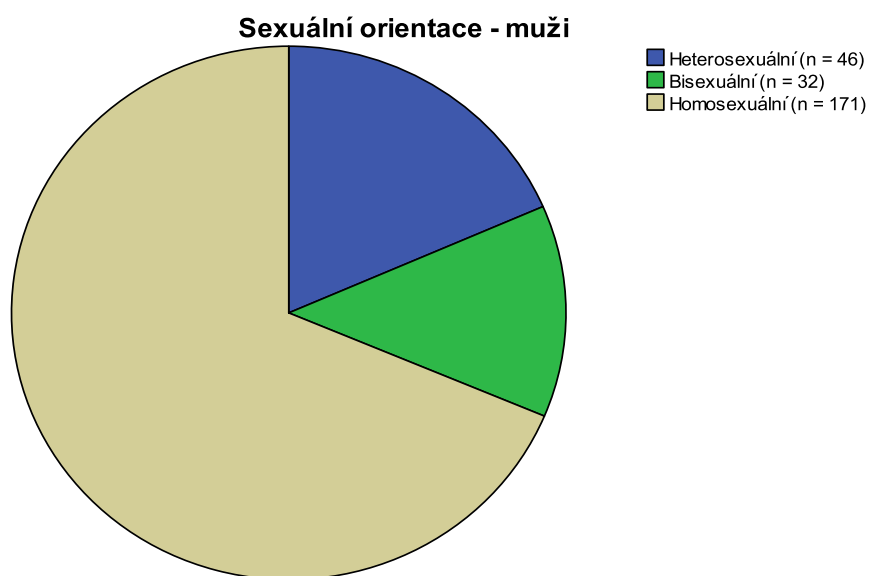
### 7.2.1 Participanti

Celkový počet všech respondentů na níže popsané metodiky, které byly do výzkumu zahrnuty, byl 518. Vzhledem ke specifičnosti výzkumného souboru osob (sexuální orientace) a s ohledem na výzkumnou otázku a hlavní výzkumné cíle byla jako nejvhodnější metoda sběru dat určena cesta skrze internet. Byl vytvořen jeden formulář spojující oba dotazníky i demografické ukazatele, a v těchto byla předem nastavena povinná volba odpovědi na otázky s výjimkou položky, jež zjišťovala věk a kde respondenti vepsáním příslušného údaje sami uvedli danou hodnotu. Byly osloveny příslušné internetové servery, u nichž bylo vyhodnoceno, že mohou sloužit jako vhodný zdroj pro získání dostatečně velkého množství homosexuálních respondentů, jejichž data by posloužila kvantitativní analýze. Následně byl se souhlasem administrátora webových stránek inzerován odkaz na formulář s dotazníkem, a dobrovolní participanti se tak mohli účastnit výzkumného sběru dat. Stejný postup byl využit pro získání respondentů heterosexuálně orientovaných. Vzhledem k možnosti na těchto internetových serverech detekovat i osoby, které by se považovaly za bisexuálně orientované, byla předem nastavena ve formuláři také možnost této volby. K těmto datům přibývali rovněž respondenti, kteří byli získáni metodou lavinové koule, která se rovněž ukázala být vhodná pro zachycení většího množství jedinců s ohledem na menšinovou sexuální orientaci.

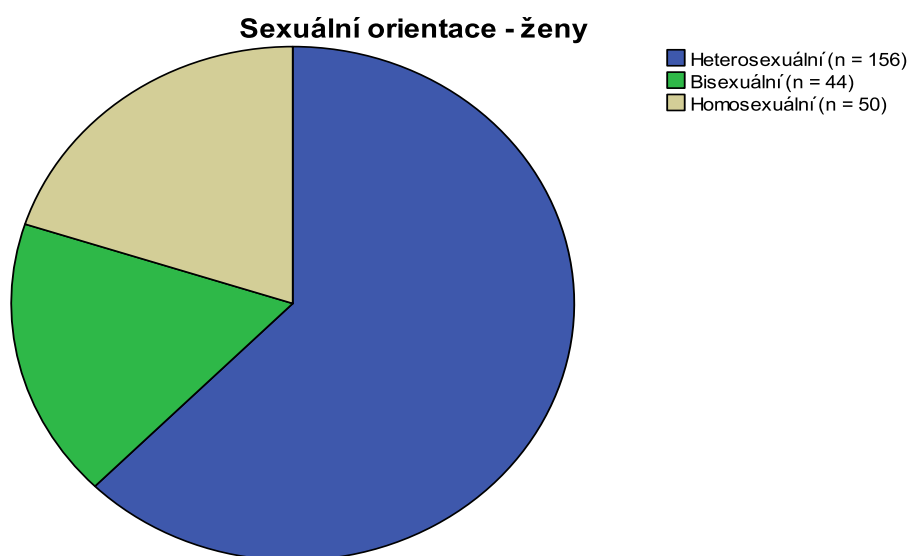
Data byla pečlivě kvalitativně prozkoumána především s ohledem na věk, jelikož se jednalo o jedinou položku, kterou respondenti sami vyplňovali vpisováním příslušného údaje. Po úvaze byly z celkové matice dat vymazány osoby, které uváděly věk menší než 15 let (jednalo se o čtyři osoby). Dále byly odstraněny další tři formuláře, u nichž byl uveden nereálně vysoký nebo chybně zadaný věk. Další redukce formulářů nastala po kontrole dat s ohledem na normalitu rozložení hrubých skóre emoční inteligence s vyloučením dalších dvanácti formulářů (viz výsledky).

Celkový počet všech respondentů s využitelnými daty, se po redukcích zastavil na hodnotě 499. Z tohoto celkového počtu je vyrovnaný počet mužů a žen (249 mužů a 250 žen). Vzhledem k výzkumné otázce a cílům tohoto výzkumu byly ze statistických analýz vyřazeny osoby, které označily svou sexuální orientaci jako bisexuální (76 osob). Analýzy tak byly po všech redukcích provedeny na vzorku čítajícím 423 jedinců. Je potřeba rovněž uvést zastoupení mužů a žen zvlášť s ohledem na jimi uváděné sexuální orientace, poněvadž převažující část výzkumného vzorku mužů byla homosexuálních, u žen byla naopak

převažující část většinové sexuální orientace. Přehledněji jednotlivé absolutní četnosti (zde ještě i s bisexuály) uvádí následující grafy č.1 a 2:

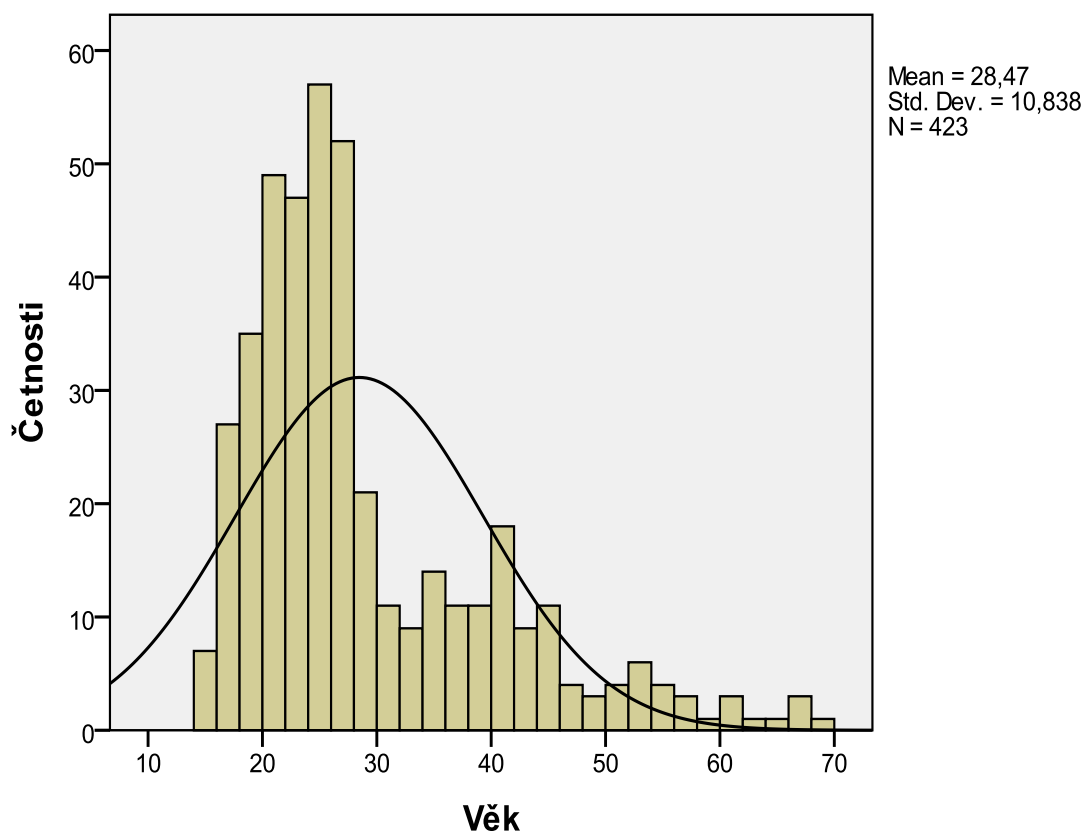


**Graf č. 1: Absolutní četnosti mužů podle sexuální orientace**



**Graf č. 2: Absolutní četnosti žen podle sexuální orientace**

Pokud jde o věk, v získaném souboru byly dosaženy hodnoty  $m = 28,47$  a  $s = 10,84$  (minimální věk 15 a maximální 68 let). Přehledněji uvádí distribuci hodnot věku následující graf (již bez bisexuálů podobně jako všechny následující grafy, analýzy a tabulky):



**Graf č. 3: Distribuce věku**

Mezi další demografické údaje patřily položky, které zjišťovaly, zdali osoby žijí ve městě či na vesnici, dále úroveň jejich dosaženého vzdělání a také ohodnocení celkového zdravotního stavu tak, jak jej respondenti sami subjektivně vnímají. Pokud jde o prostředí, z něhož respondenti pocházejí, pětina z nich uvedla, že žije na venkově a zbytek ve městě. Přehled s odpověďmi ohledně vzdělání a zdravotního stavu s četnostmi uvádí přehledně tabulka č. 1 a tabulka č. 2.

	Četnosti	Procenta	Kumulativní četnosti
ZŠ	42	9,9	9,9
SŠ	33	7,8	17,7
SŠ s maturitou	174	41,1	58,9
VŠ	174	41,1	100,0
Celkem	423	100,0	

**Tabulka č. 1: Vzdělání respondentů**

	Četnosti	Procenta	Kumulativní četnosti
Zdráv	213	50,4	50,4
Nezávažné potíže	137	32,4	82,7
Výrazné přechodné potíže	28	6,6	89,4
Výrazné trvalé potíže	40	9,5	98,8
Velmi závažná nemoc	5	1,2	100,0
Celkem	423	100,0	

**Tabulka č. 2: Zdravotní stav**

## **7.2.2 Metodiky**

### **7.2.2.1 SEIS**

Jde o škálu emoční inteligence, jejíž autory jsou Schutte et al. (1998). Tento dotazník je původně navržen na podkladě originálního modelu emoční inteligence Salovey a Mayera z roku 1990. Autoři považují tento model, včetně toho přepracovaného, za nejvíce kompaktní a vyčerpávající, a proto na jeho základě vytvořili sebeposuzovací dotazník, o kterém doufají, že bude poskytovat spolehlivý základ pro míru individuální současné úrovně emoční inteligence.

Původně autoři vygenerovali 62 položek založených na modelu, jehož autory jsou Salovey a Mayer (1990). Na tyto položky mohli respondenti odpovídat na pětibodové škále podle míry individuálního souhlasu s tvrzeními, přičemž první bod značil silný nesouhlas a naopak pátý silný souhlas. Většina z položek byly kódovatelné tak, že čím větší míra souhlasu, tím akcentovanější rys emoční inteligence (pouze tři položky byly kódovatelné obráceným způsobem). Každý z autorů studie nezávisle ohodnotil každou z položek pro její přesnost v rámci relevantního konstruktů, dále pro její srozumitelnost a také jasnost. Nesrovnalosti byly upraveny a nakonec získali 62 položek, na nichž provedli pilotáž (Schutte et al., 1998).

Když se nakonec provedla faktorová analýza dat získaných na vzorku 346 osob, zjistilo se, že zde existují čtyři faktory, přičemž první sytlo 33 položek hodnotami 0,40 a vyššími. Všechny těchto 33 položek zastupovalo všechny části modelu, který vytvořili Salovey a Mayer (1990). Položky byly rovněž rovnoměrně proporčně zastoupeny pro každou z rozličných kategorií modelu. Vzhledem k síle tohoto faktoru autoři vyabstrahovali těchto 33 položek a ty se staly součástí zde probírané škály emoční inteligence, respektive její původní verze známé pod zkratkou EIS. Pro tuto zkrácenou verzi dosahovala v jejich výzkumu hodnota reliability - vnitřní konzistence (Cronbachovo alfa) čísla 0,9 (Schutte et al., 1998).



Abstrahování položek, které sytily nejsilnější faktor (viz výše) do konečné formy EIS o zmiňovaných 33 položkách tedy vedlo k tomu, že se dotazník považoval za jednofaktorový a že jej lze považovat za metodiku, jíž lze zjišťovat hodnotu globální rysové emoční inteligence (Schutte et al., 2001). Nicméně v jiných studiích, jak uvádí Austin et al. (2004) se našly rozpory, pokud jde o faktorovou strukturu daného dotazníku. Například studie, kterou provedli Saklofske, Austin a Minski (2003), našla čtyřfaktorové složení dotazníku (označené jako optimismus/regulace nálady, vyhodnocení emocí, využití emocí a sociální dovednosti), přičemž tyto výsledky nastiňovaly hierarchickou strukturu faktorů s jedním nadřazeným faktorem obecné emoční inteligence. K takřka stejným výsledkům navíc dříve dospěli už Petrides a Furnham (2000), kteří prozkoumavše faktorovou strukturu Schutteho dotazníku našli také čtyřfaktorové řešení. Tito autoři nicméně na základě konfirmační faktorové analýzy odmítli jednofaktorové řešení. Na druhou stranu však tvrdí, že metodika má face-validitu a jisté důkazy pro validity prediktivní a diskriminační.

Jiné studie, jako například ta, kterou uskutečnili Jonker a Vosloo (2008), objevily dokonce šest faktorů při jejich extrakci. Ty byly pojmenovány jako pozitivní city, emoce jiných, šťastné emoce, emoce u sebe sama, neverbální emoce a emoční řízení a v celku pak vysvětlovaly zhruba polovinu celkové variance. Na druhou stranu, pro tuto metodiku (jako jednu z mála z oblasti rysové emoční inteligence), byly prokázány jisté výsledky v rámci inkrementální validity, a to v souvislosti s Big Five (Schulze a Roberts, 2007).

Austin et al. (2004) rovněž konstatují, že je značnou nevýhodou této metodiky nedostatek obráceně kódovaných položek. Zejména z důvodu tohoto a také kvůli nejasné faktorové struktuře zmíněné výše se tedy rozhodli, že nástroj mírně zmodifikují přidáním několika položek a že také zajistí, aby více položek bylo kódovatelných obráceně.

Výsledkem se stala metodika o 41 tvrzeních, z nichž polovina je kódovatelná obráceně. Autoři v této studii mimo jiné našli důkazy pro třífaktorovou strukturu, která je kongruentní, jak píší, s většinou teoretických přístupů k rysové emoční inteligenci, jež obvykle zahrnuje odlišující se inter- a intrapersonální komponenty a často také komponentu vztahující se k použití emocí při řešení problémů. Dodejme ještě, že se autoři zmiňují také o tom, že reliabilita vnitřní konzistence zůstala obdobná jako u původní verze navzdory mírné modifikaci a přidání několika položek (Austin et al., 2004).

Nicméně i studie mapující psychometrické vlastnosti této novější verze Schutteho dotazníku nastínily, že existují diskrepance, alespoň pokud jde opět o faktorovou strukturu.

Například Bester, Jonker a Nel (2013) provedli konfirmační faktorovou analýzu na vzorku téměř tří set pracovníků v oblasti pracovního prostředí ošetrovatelství. Ověřovali adekvátnost jednofaktorového, dvoufaktorového i třífaktorového modelu, přičemž se ani jeden z nich neosvědčil a ve finální fázi výsledky hovořily pro nejlepší shodu s modelem pětifaktorovým, který pasoval na teorie Saloveye a Mayera (1990); popisoval téměř tři pětiny celkové variance a jednotlivé faktory autoři pojmenovali jako využití emocí, řízení emocí, uvědomění emocí, vnímání emocí a konečně emoční integrace.

I vzhledem k těmto z výzkumů vyplývajícím nejednoznačnostem ohledně faktorové struktury Schutteho dotazníku bude v empirické části jedna z náplní právě faktorová analýza námi získaných dat, aby byla prozkoumána faktorová struktura nástroje. Účelem výběru této metodiky pro empirickou část byla jeho jednoduchá dostupnost, fakt, že vychází z původní koncepce Saloveye a Mayera (1990) a také to, že aspiruje na změření jakési obecné celkové emoční inteligence. Rovněž se jedná o rysovou techniku mapující osobnostní a behaviorální dispozice, což je podle mého názoru přiléhavější pro postihování individuálních psychologických diferencí vzhledem k výzkumné otázce, která je položena v empirické části práce.

Celá tato škála emoční inteligence v české verzi je obsažena v přílohách – Schutte et al. (1998) povolují volné využívání nástroje pro výzkum a klinické účely. Před analýzami byly opačně kódované položky překódovány tak, aby větší hodnota škály vždy více sytila proměnnou emoční inteligence. V tomto výzkumu dosáhla reliabilita nástroje hodnoty vnitřní konzistence pomocí Cronbachova  $\alpha = 0,86$  a split-half (Spearman-Brown) hodnoty  $r = 0,88$ .

#### **7.2.2.2 ERQ**

Emoční regulace patří mezi obvyklé charakteristiky emoční inteligence, a tak byla tato metodika zahrnuta do výzkumu jako dodatečný výzkumný nástroj, který zkoumá tendenci osob regulovat jejich emoce dvěma způsoby, a sice kognitivním přehodnocením a potlačením emocí. Položky tohoto dotazníku utvořili Gross a John (2003). Obsahuje 10 tvrzení, na něž respondenti odpovídají na sedmibodové Likertově škále, na níž vyjadřují svou míru souhlasu na stupnici „silně nesouhlasím“ (1) až „silně souhlasím“ (7).

Typická položka, na níž respondent odpovídá, je např. „Kontroluji své emoce tak, že je nedávám najevo před ostatními“ pro způsob emočně regulační strategie expresivního potlačení. Naopak položka odpovídající emočně regulační strategii kognitivního přehodnocení je např. „Pokud chci pocítovat nepříjemnou emoci méně, změním pohled, nebo

názor na situaci, ve které se nacházím.“ Z celkových deseti položek je šest využito pro strategii kognitivního přehodnocení a zbylé čtyři pak pro potlačování emocí. Žádná z položek zároveň není obráceně kódovatelná, takže vyšší míra souhlasu vždy odpovídá většímu využívání dané emočně regulační strategie. Výhodou této metodiky je její krátkost, a tedy rychlá administrace. Rovněž obsahuje i emočně regulační strategie pozitivních emocí, což mnohdy nebývá příliš typické. Na druhou stranu je třeba uvést, že tento dotazník bere v potaz jen dvě základní emočně regulační strategie – kognitivní přehodnocení a potlačení emocí.

#### **7.2.2.3 Demografické údaje**

Kromě nástrojů SEIS a ERQ byly ve výzkumu zjišťovány ještě další údaje. Těmi se staly dosažené vzdělání (respondenti vybírali z možností „základní“, „střední“, „střední s maturitou“ a „vysokoškolské“), dále bydliště (možnosti „město“ a „venkov“), pohlaví, věk (samostatně vyplněný respondenty) a také subjektivní posouzení celkové zdravotního stavu na pětibodové škále od možnosti „Jsem po tělesné a duševní stránce zdrav(a) a bez potíží“ až k možnosti „Trpím velmi vážným tělesným nebo duševním onemocněním či postižením, které mi brání normálně žít a kde mohu očekávat pouze další zhoršování“. Stěžejní informací pro tento výzkum pak bylo také označení sexuální orientace se třemi základními možnostmi: „heterosexuální“, „bisexuální“ a „homosexuální“.

#### **7.2.3 Procedura**

Metodiky SEIS a ERQ byly spojeny do jednoho souboru a bezprostředně po nich následovaly položky týkající se vzdělání, bydliště, pohlaví, věku, sexuální orientace a zdravotního stavu. Ze všech těchto položek, včetně dotazníkových, byl vytvořen jeden kompletní formulář, který byl přetvořen do internetové podoby dotazníku, jenž byl následně skrze internet administrován respondentům. Zároveň proběhla inzerce odkazu na dotazník na příslušných internetových serverech (viz výše), které zajistily přísun dobrovolných respondentů, což bylo nezbytné vzhledem ke specificky zaměřené výzkumné otázce v této studii. Celkový sběr dat probíhal v období leden 2015 až začátek června 2015. Ke zpracování dat byly využity dva počítačové programy, a sice Microsoft Excel a také SPSS 19, v němž byly provedeny veškeré potřebné statistické analýzy (viz dále) pro ověření hypotéz ze získaných dat.

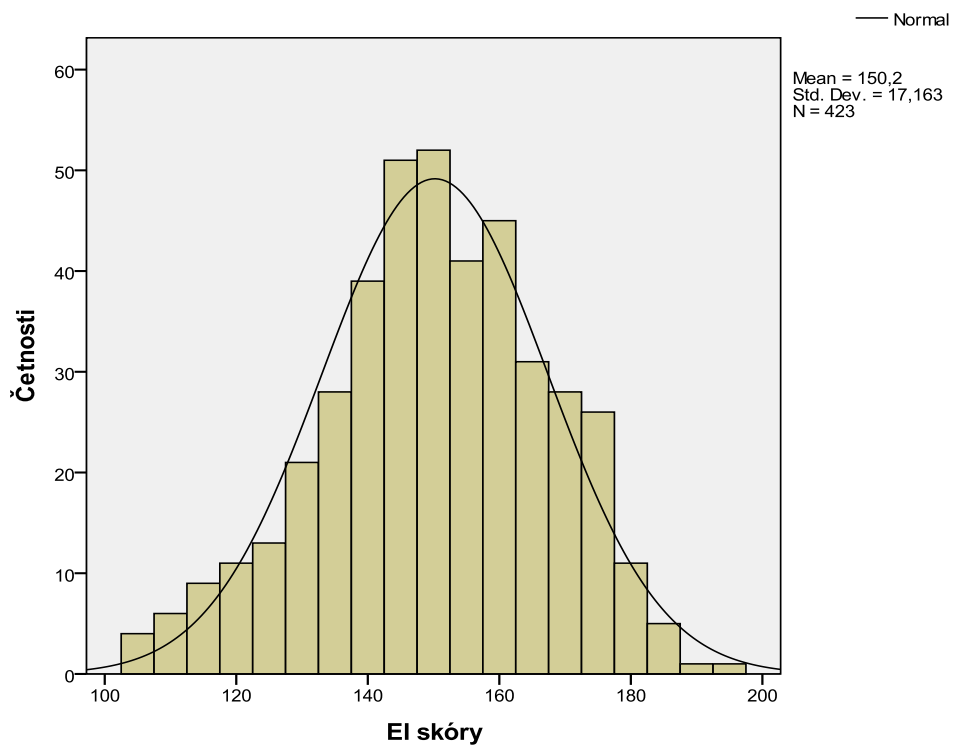
### **7.3 Výsledky**

Vzhledem k tomu, že některé stanovené výzkumné hypotézy se zabírají pouze rozdíly mezi homosexuálními a heterosexuálními jedinci, byly vynechány z analýz

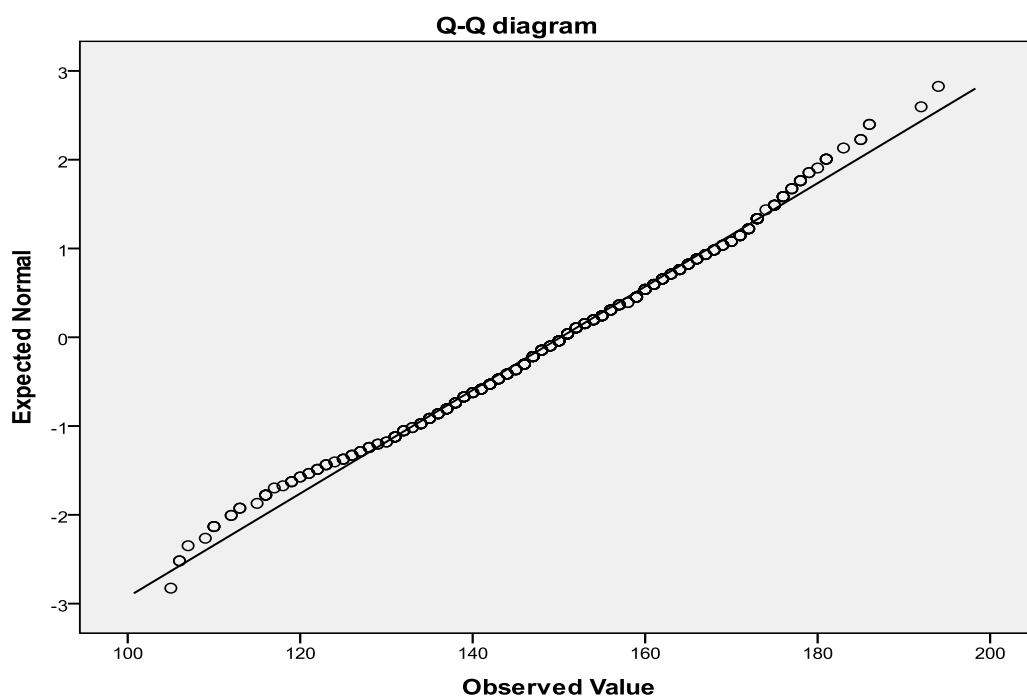
respondenti, kteří jako svou sexuální orientaci uvedli možnost „bisexuální“, čímž se vzorek omezil na konečných  $N = 423$ . Tato velikost vzorku je již také bez odstraněných odlehlých hodnot, které byly zjištěny boxplotem a následně z analýz vyřazeny (jednalo se o celkem 12 formulářů).

Nejprve před podrobným rozepisováním výsledků jednotlivých analýz je potřeba také doplnit, že pro veškeré statistické usuzování byla stanovena jako hladina významnosti  $p = 0,05$ . V případě, že byly obdrženy statisticky významné hodnoty, uvádím je tučným písmem pro rychlejší orientaci. Zároveň bude analyzování výsledků probíhat v tom pořadí, v němž byly sestaveny hypotézy a až následně budou provedeny dodatečné statistické analýzy (hierarchická regrese a faktorová analýza). Jako poslední poznámku před samotnými výsledky ještě uvedu, že jsou v analýzách příkládány výstupy ze statistického softwaru SPSS. Vzhledem k tomu, že pro některé statistické termíny by se obtížně hledal český překlad a jeho vynucení by mohlo působit krkolomně, ponechávám většinu těchto termínů v anglickém originále, aby mezi sebou byly podávané informace konzistentní. Na druhou stranu konkrétní proměnné, s nimiž je ve výzkumu operováno (EI, kognitivní přehodnocení, pohlaví, sexuální orientace, apod.) uvádím v tabulkách v češtině pro lepší přehlednost a rychlejší zorientování se. A nyní již k samotným statistickým analýzám a jejich výsledkům.

Dříve, než bylo přistoupeno k testování rozdílů, které podchycují první tři hypotézy, bylo prozkoumáno, zdali distribuce hrubých skóre proměnné emoční inteligence vykazuje normální rozdělení, a to pro ujištění se o oprávněnosti použití parametrických testů zjišťujících významnost difference. Byť je možno vzhledem k velikosti vzorku využít centrálního limitního teorému, byla přesto ještě normalita rozložení statistickým softwarem potvrzena a ověřena testem „dobré shody“ Kolmogorova-Smirnova, jehož spočtená statistika byla větší než stanovená hladina významnosti 0,05. Vzhledem k tomu bylo rozhodnuto, že je možno využít parametrické testy, které postihnou rozdíly výběrových souborů. Normalitu distribuce skóre proměnné emoční inteligence také přehledně ukazují následující dva grafy č. 4 a č. 5, tj. křivkou proložený histogram četností jednotlivých EI skóre a také Q-Q diagram:



**Graf č. 4: Histogram četností skóre EI**



**Graf č. 5: Q-Q diagram pro EI**

Jak vidno již z grafu č. 4, v souboru všech homosexuálních a heterosexuálních osob byly v rámci emoční inteligence naměřeny hodnoty  $m = 150,2$  a  $s = 17,16$ . Tabulky č. 3 a 4 podávají přehled o průměrech a směrodatných odchylkách EI skóre zvláště pro heterosexuály a homosexuály. Z těch lze vyčíst, že rozdíly v EI mezi heterosexuály a homosexuály obecně jsou statisticky nevýznamné:

Sex. orientace		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
EI skóre	Heterosexuálové	202	150,35	17,370	1,222
	Homosexuálové	221	150,07	17,010	1,144

**Tabulka č. 3: Průměry a odchylky v EI u heterosexuálů a homosexuálů**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
EI skóre	Equal variances assumed	,038	,846	,170	421	,865	,284	1,673	-3,004	3,571
	Equal variances not assumed			,169	415,871	,866	,284	1,674	-3,007	3,575

**Tabulka č. 4: Testové statistiky pro rozdíl mezi heterosexuály a homosexuály v EI**

Uvedené výsledky tedy nedávají podporu pro rozdíly v EI mezi homosexuály a heterosexuály obecně, a proto nelze zamítnout nulovou verzi **hypotézy H1**. Zajímavé výsledky se však naskytou, srovnáme-li úroveň emoční inteligence v rámci pohlaví, a sice v kombinaci heterosexuální a homosexuální ženy a obdobně i v druhém pohlaví, tj. srovnání heterosexuálních a homosexuálních mužů. Přehled průměrných hodnot pro všechny tyto skupiny uvádí tabulka č. 5, z níž je na první pohled patrné, že byl zjištěn minimální rozdíl v průměrné EI mezi heterosexuálními a homosexuálními ženami, zatímco mezi heterosexuálními a homosexuálními muži byl tento rozdíl o poznání větší. Další tabulka č. 6 pak jasně ukazuje, že tento rozdíl mezi homosexuálně a heterosexuálně orientovanými muži co do hodnoty EI je statisticky vysoce významný ( $t = -2,829$ ;  $p < 0,01$ ). Mezi většinově a menšinově sexuálně orientovanými ženami prokázána signifikance nebyla.

Sex		Sex orientace	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Muž	EI skóry	Heterosexuální	46	141,98	18,015	2,656
		Homosexuální	171	149,77	16,190	1,238
Žena	EI skóry	Heterosexuální	156	152,82	16,435	1,316
		Homosexuální	50	151,08	19,705	2,787

**Tabulka č. 5: Průměry v EI podle pohlaví a sexuální orientace**

Pohlaví		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Muž	Equal variances assumed	,932	,335	-2,829	215	,005	-7,794	2,755	-13,225	-2,363
	Equal variances not assumed			-2,659	65,855	,010	-7,794	2,931	-13,645	-1,942
Žena	Equal variances assumed	3,181	,076	,620	204	,536	1,741	2,808	-3,795	7,276
	Equal variances not assumed			,565	72,152	,574	1,741	3,082	-4,403	7,884

**Tabulka č. 6: Testové statistiky pro rozdíly v EI mezi homosexuály a heterosexuály podle pohlaví**

Na základě těchto výsledků je možno tedy zamítnout nulovou verzi **hypotézy č. 2** a vyjádřit podporu pro alternativní, která stvrzuje, že existují statisticky významné rozdíly mezi heterosexuálně a homosexuálně orientovanými muži v úrovni rysové emoční inteligence. U odlišně sexuálně orientovaných žen však nelze alternativní hypotézu přijmout ( $t = 0,620$ ;  $p = 0,536$ ), a je potřeba tudíž ponechat nulovou verzi hypotézy o neexistujících rozdílech. **Hypotéza č. 3** se tedy nepotvrdila.

**Čtvrtá hypotéza** se zaměřila na prozkoumání existence či neexistence vztahu mezi emoční regulací a emoční inteligencí. Z metodiky ERQ byly vyčísleny hrubé skóry jak pro celou škálu, tak pro dvě zde zachycované emočně-regulační strategie. Následující tabulka uvádí korelační matici, z níž lze vyčíst, že hodnoty EI korelovaly vysoce signifikantně se

všemi proměnnými, tj. s celkovým skóre emoční regulace respondentů, i s hodnotami jejich skóre pro strategie kognitivního přehodnocení a potlačování emocí.

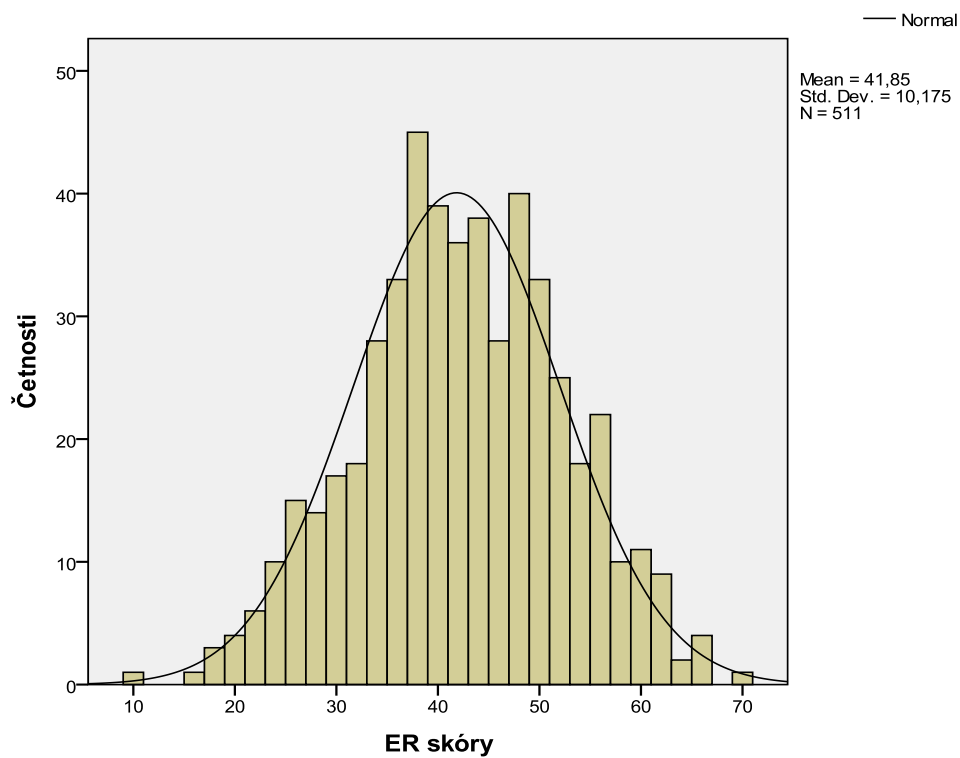
		Celková ER	Celková EI	Kognitivní přehodnocení	Potlačení emocí
Celková ER	Pearson Correlation	1	0,193**	0,809**	0,637**
	Sig. (2-tailed)		,000	,000	,000
	N	423	423	423	423
Celková EI	Pearson Correlation	<b>0,193**</b>	1	<b>0,388**</b>	<b>-0,182**</b>
	Sig. (2-tailed)	<b>,000</b>		<b>,000</b>	<b>,000</b>
	N	423	423	423	423
Kognitivní přehodnocení	Pearson Correlation	0,809**	0,388**	1	,062
	Sig. (2-tailed)	,000	,000		,205
	N	423	423	423	423
Potlačení emocí	Pearson Correlation	0,637**	-0,182**	,062	1
	Sig. (2-tailed)	,000	,000	,205	
	N	423	423	423	423

**Tabulka č. 7: Korelační matice proměnných EI, ER a jejich 2 strategií**

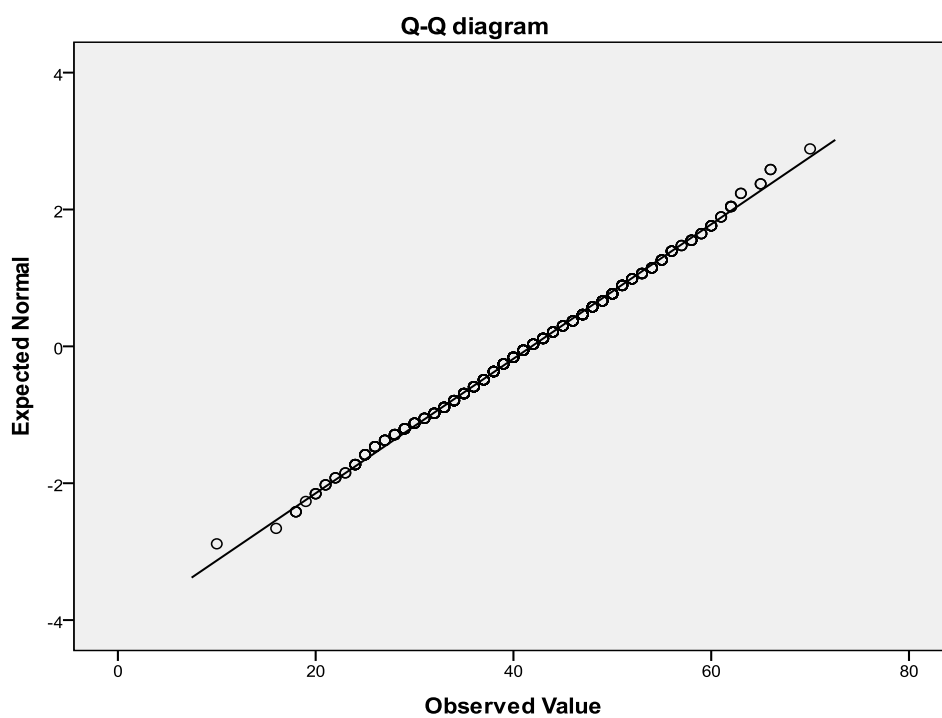
Hodnoty korelací hovoří ve prospěch **4. hypotézy**, u níž lze zamítnout nulovou hypotézu a přijmout alternativní, kterou je stvrzeno, že emoční inteligence statisticky velmi vysoce signifikantně souvisí s emoční regulací. Navíc je z těchto analýz rovněž patrné, že celková emoční inteligence je pozitivně významně vztažena také s emočně-regulační strategií kognitivního přehodnocení. Naproti tomu se strategií potlačování emocí souvisí EI statisticky velmi významně, nýbrž negativně, což nasvědčuje tomu, že tento druh emočně-regulační strategie by neměl být považován za emočně inteligentní. Za zmínku stojí také nevýznamný a prakticky nulový vztah mezi dvěma strategiemi emoční regulace podchycovanými v dotazníku ERQ, což vypovídá o tom, že tyto dvě strategie jsou na sobě nezávislé (resp. mezi nimi neexistuje závislost lineární) a je tím zároveň stvrzována jejich odlišnost.

Analýza dat k paté, šesté a sedmé hypotéze, které se týkají ER, si opět vyžádala potvrzení normální distribuce skóre v této metodice pro oprávněnost použití t-testu pro dva nezávislé výběry. Histogram četností, Q-Q diagram a Kolmogorovův-Smirnovův test odhalily rovněž, podobně jako u EI, normální distribuci skóre v emoční regulaci (viz obr. č. 6 a 7), a byl tudíž splněn předpoklad pro použití parametrických testů.





**Obrázek č. 6: Histogram četností skóre ER**



**Obrázek č. 7: Q-Q diagram pro ER**

Celkové srovnání homosexuálních a heterosexuálních jedinců bez ohledu na pohlaví ukázalo zajímavé výsledky. Většinově a menšinově sexuálně orientované osoby se od sebe lišily statisticky významně v průměrech celkových skóre emoční regulace, přičemž homosexuální jedinci vykazovali vyšší skóre (více regulovali své emoce oběma způsoby zachycovanými metodikou ERQ) než jedinci heterosexuální ( $t = -2,035$ ;  $p < 0,05$ ). S ohledem na dvě zde zastoupené emočně-regulační strategie lze říci, že se homosexuálové statisticky signifikantně odlišovali od heterosexuálů ve strategii potlačování emocí ( $t = -2,263$ ;  $p < 0,05$ ), přičemž homosexuální jedinci vykazovali vyšší četnost strategie potlačování emocí. Naopak pro strategii kognitivního přehodnocení se signifikantní rozdíly nepotvrdily, což svědčí o zhruba stejně častém využívání této strategie ( $t = -0,907$ ;  $p > 0,05$ ). Pro větší přehlednost uvádějí tabulky č. 8 a č. 9 hodnoty všech průměrů, směrodatných odchylek i testových statistik.

	Sex. orientace	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Kognitivní přehodnocení	Heterosexuálové	202	24,46	7,396	,520
	Homosexuálové	221	25,15	8,245	,555
Potlačování emocí	Heterosexuálové	202	16,00	5,716	,402
	Homosexuálové	221	17,31	6,173	,415
ER skóre	Heterosexuálové	202	40,46	9,508	,669
	Homosexuálové	221	42,46	10,658	,717

**Tabulka č. 8: Průměry a odchylky v ER a jejích strategiích u heterosexuálů a homosexuálů**

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Kognitivní přehodnocení	Equal variances assumed	2,738	,099	-,907	421	,365	-,693	,764	-2,196	,809
	Equal variances not assumed			-,912	420,855	,362	-,693	,761	-2,188	,801
Potlačování emocí	Equal variances assumed	2,392	,123	-2,263	421	<b>,024</b>	-1,313	,580	-2,453	-,172
	Equal variances not assumed			-2,271	420,927	,024	-1,313	,578	-2,449	-,176
ER skóre	Equal variances assumed	2,497	,115	-2,035	421	<b>,042</b>	-2,006	,986	-3,943	-,069
	Equal variances not assumed			-2,046	420,758	,041	-2,006	,981	-3,933	-,079

**Tabulka č. 9: Testové statistiky pro rozdíl mezi heterosexuály a homosexuály v ER a strategiích ER**

Na základě analýz výsledků této inferenční statistiky je možno z větší míry podpořit stanovenou **5. hypotézu** a zamítnout její nulovou verzi, jelikož se ukazuje, že zde je signifikantní rozdíl mezi homosexuály a heterosexuály v emočně-regulační strategii potlačování emocí a rovněž tak v celkové úrovni emoční regulace. Přesto nebyl potvrzen rozdíl i ve strategii kognitivního přehodnocení, což vede k potřebě zdůraznit, že hypotézu nelze zcela podpořit, pouze částečně.

Následovala analýza těchto charakteristik, avšak odděleně dle pohlaví, tj. v kombinaci rozdílů mezi heterosexuálními a homosexuálními muži a také v kombinaci rozdílů mezi heterosexuálními a homosexuálními ženami (šestá a sedmá hypotéza). Popisnou statistiku k těmto respondentům pro celkovou ER i obě ER-strategie poskytuje tabulka č. 10, jejich inferenční statistiky pak tabulka č. 11.

Pohlaví	Sex. orientace	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	
Muži	Kognitivní přehodnocení	Heterosexuální	46	24,76	8,105	1,195
		Homosexuální	171	25,21	8,153	,623
	Potlačování emocí	Heterosexuální	46	18,15	5,007	,738
		Homosexuální	171	17,48	6,040	,462
	ER skóry	Heterosexuální	46	42,91	9,097	1,341
		Homosexuální	171	42,69	10,666	,816
Ženy	Kognitivní přehodnocení	Heterosexuální	156	24,37	7,199	,576
		Homosexuální	50	24,96	8,635	1,221
	Potlačování emocí	Heterosexuální	156	15,36	5,771	,462
		Homosexuální	50	16,72	6,636	,939
	ER skóry	Heterosexuální	156	39,73	9,533	,763
		Homosexuální	50	41,68	10,699	1,513

**Tabulka č. 10: Průměry a odchylky v ER a ER-strategiích dle pohlaví a sexuální orientace**

Jak vidno, největší rozdíl, byť stále drobný, se objevil v hodnotách průměru u celkové emoční regulace mezi homosexuálními a heterosexuálními ženami. Nicméně tento rozdíl nebyl statisticky významný. Zatímco výše byly objeveny jisté rozdíly v ER mezi homosexuály a heterosexuály obecně bez ohledu na pohlaví, tak nyní tabulka č. 11 jasně ukazuje, že ani v jedné z proměnných nebyl zaznamenán významný rozdíl v průměrech, jenž by dosáhl kritickou hladinu významnosti, pokud byli homosexuální a heterosexuální jedinci posuzováni zvlášť podle pohlaví. Z toho důvodu nelze zamítnout nulové verze **6. a 7. hypotézy**.

Pohlaví		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
Muži	Kognitivní přehodnocení	,001	,974	-,332	215	,740	-,450	1,353	-3,116	2,216
				-,334	71,429	,740	-,450	1,348	-3,137	2,238
	Potlačování emocí	5,421	,021	,694	215	,489	,673	,970	-1,239	2,584
				,772	83,743	,442	,673	,871	-1,059	2,404
	ER skóry	2,303	,131	,130	215	,897	,223	1,720	-3,168	3,614
				,142	81,491	,887	,223	1,570	-2,900	3,346
Ženy	Kognitivní přehodnocení	4,248	,041	-,478	204	,633	-,588	1,230	-3,013	1,837
				-,436	72,128	,664	-,588	1,350	-3,280	2,104
	Potlačování emocí	1,723	,191	-1,398	204	,164	-1,361	,973	-3,280	,558
				-1,301	74,250	,197	-1,361	1,046	-3,445	,723
	ER skóry	,592	,443	-1,221	204	,224	-1,949	1,597	-5,098	1,199
				-1,150	75,565	,254	-1,949	1,695	-5,325	1,426

**Tabulka č. 11: Testové statistiky pro rozdíly v celkové ER a ER-strategiích mezi homosexuály a heterosexuály podle pohlaví**

Zbývající tři hypotézy se snažily o replikace stávajících výzkumných zjištění a podchycení případné konzistence s výsledky této studie. První z nich hovoří o relativní

výhodě žen oproti mužům v úrovni emoční inteligence. Skutečně i tato studie našla signifikantní rozdíl v úrovni rysové EI ( $t = -2,58$ ;  $p < 0,05$ ) mezi ženami a muži, přičemž ženy skórovaly výše ( $M = 152,40$ ;  $s = 17,25$ ) než muži ( $M = 148,12$ ;  $s = 16,86$ ). Lze tedy zamítnout v tomto případě nulovou hypotézu a vyjádřit se pro podporu platnosti alternativní verze **8. hypotézy**. Testové statistiky jsou uvedeny v následující tabulce:

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
EI skóry	,367	,545	-2,580	421	<b>,010</b>	-4,278	1,658	-7,538	-1,018
			-2,578	418,627	,010	-4,278	1,659	-7,540	-1,016

**Tabulka č. 12: Testové statistiky pro rozdíl v EI mezi ženami a muži**

Pro zjištění, zdali se mladší a starší osoby signifikantně liší v úrovni rysové EI (**H9**), byly zkoumané osoby rozděleny podle věku a do analýzy byli zahrnuti jedinci, jejichž věk spadal níže než jednu směrodatnou odchylku od věkového průměru a podobně druhou skupinu tvořily osoby, které svým věkem spadaly nad hodnotu jedné směrodatné odchylky od věkového průměru. Hodnoty EI pro tyto dvě skupiny pak byly následně porovnávány opět t-testem pro dva nezávislé výběry. Průměry starších jedinců ( $M = 151,57$ ;  $s = 17,18$ ) byly skutečně o pár bodů větší než u mladších osob ( $M = 147,20$ ;  $s = 15,04$ ), nicméně v tomto výzkumu rozdíl statisticky významně nevyšel ( $t = -1,680$ ;  $p > 0,05$ ); viz tabulka č. 13.

	Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
	F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
								Lower	Upper
EI skóry	2,415	,122	-1,680	162	,095	-4,374	2,604	-9,517	,768
			-1,724	151,225	,087	-4,374	2,537	-9,387	,638

**Tabulka č. 13: Testové statistiky pro rozdíl v EI mezi mladšími a staršími osobami**

Byť se zdá, že hodnota inklinovala ke stanovené kritické hladině významnosti, zůstal přesto rozdíl nesignifikantní, a nelze tak zamítnout nulovou hypotézu o neexistenci rozdílu. Pro **9. hypotézu** tak těmito daty nebyla zajištěna podpora o rozdílu EI mezi staršími a mladšími jedinci.

V souvislosti s poslední, desátou, hypotézou byla nejprve provedena drobná úprava dat pro možnost komparace jedinců vypovídajících o sobě jako o zdravých s těmi, kteří se cítili více či méně nemocní s různou závažností (viz tabulka č. 2 o zdravotním stavu). Jedinci, kteří popsali svůj zdravotní stav jako „zdráv/bez potíží“ posloužili jako vzorek pro skupinu zdravých ( $N = 213$ ). Osoby na opačném konci spektra, které uvedly, že trpí velmi závažnou nemocí, byly sloučeny do skupiny s těmi, které uvedly, že trpí výraznými trvalými potížemi, které jsou dlouhodobé ( $N = 45$ ). Jako mezistupeň mezi těmito dvěma póly byla vložena ještě skupina osob, které své zdraví označily za potýkající se s výraznými, avšak přechodnými zdravotními problémy ( $N = 28$ ). A konečně respondenti vypovídající, že mají určité tělesné nebo duševní potíže, které však nejsou nic mimořádného, byli z analýzy vynecháni. Celkově tak do statistické analýzy vstoupily tři skupiny osob, u nichž byla posuzována průměrná úroveň EI. Pro jejich porovnání byla tedy využita jednocestná ANOVA.

Průměry pro jednotlivé skupiny byly následující: zdraví ( $M = 152,90$ ;  $s = 17,32$ ), osoby s přechodnými zdravotními potížemi ( $M = 146,64$ ;  $s = 11,24$ ) a osoby se závažnými a trvalými obtížemi ( $M = 144,47$ ;  $s = 16,38$ ). Analýza variance prokázala signifikanci v rozdílech zmiňovaných tří průměrů ( $F = 5,786$ ;  $p < 0,01$ ). Bylo nicméně zjištěno, že byl narušen předpoklad stejnosti rozptylů, což vedlo k nutnosti prozkoumat hodnoty statistik robustních testů Welche a také Brown-Forsytha. Oba zmíněné testy však ukázaly signifikantní hodnoty, takže bylo možno použít výsledků z výstupu k ANOVA statistice. Přehledněji tyto výsledky ukazuje kombinace tabulek č. 14.

Vzhledem k tomu, že byly tedy prokázány rozdíly mezi sestavenými třemi výše zmíněnými skupinami, byla následně uskutečněna procedura post-hoc testů pro určení, mezi kterými skupinami byl nalezen signifikantní rozdíl. Využito bylo Tukeyova post-hoc testu, který objevil signifikantní rozdíl v průměru emoční inteligence mezi zdravými jedinci a těmi, kteří své zdraví označili jako zatížené dlouhodobými závažnými a trvalými potížemi ( $p < 0,01$ ). Mezi ostatními dvěma kombinacemi signifikantní rozdíly nalezeny nebyly. Přesto však signifikantnost rozdílu v subskupinách osob zdraví – těžce/dlouhodobě nemocní hovoří ve prospěch **10. hypotézy**, u níž je tedy nulovou hypotézu možno zamítnout a přijmout její alternativní verzi.

#### Test of Homogeneity of Variances

EI skóry

Levene Statistic	df1	df2	Sig.
5,138	2	283	<b>,006</b>

#### ANOVA

EI skóry

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
Between Groups	3222,019	2	1611,009	5,786	<b>,003</b>
Within Groups	78800,558	283	278,447		
Total	82022,577	285			

#### Robust Tests of Equality of Means

EI skóry

	Statistica	df1	df2	Sig.
Welch	6,670	2	65,807	<b>,002</b>
Brown-Forsythe	7,735	2	103,912	<b>,001</b>

**Tabulka č. 14: Výstupy z analýzy variance pro testování desáté hypotézy**

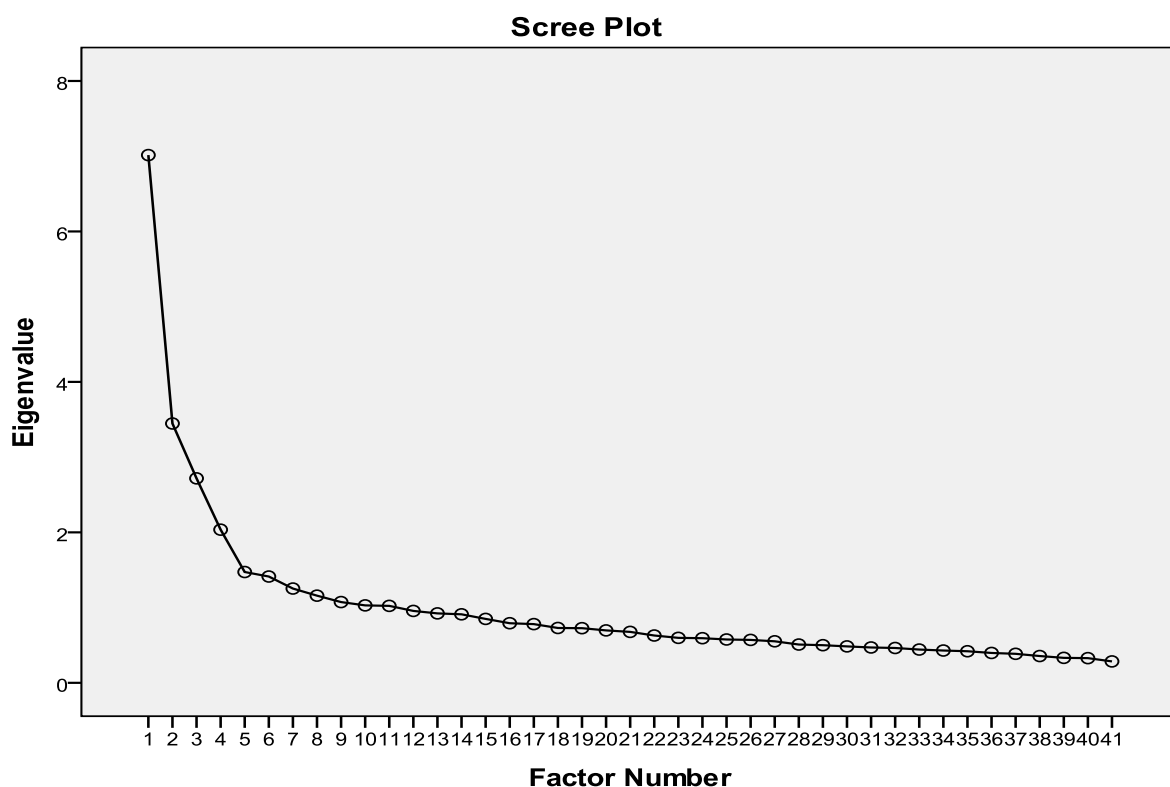
Vzhledem k tomu, že jedním z hlavních cílů této studie bylo zjistit, zdali existuje rozdíl mezi homosexuálními a heterosexuálními jedinci v úrovni emoční inteligence a také proto, že tento rozdíl byl potvrzen, ačkoliv jen částečně (mezi homosexuálními muži a heterosexuálními muži a nikoliv pak u žen), považují za potřebné také provést následnou mnohonásobnou hierarchickou regresní analýzu pro kontrolu možných vlivů jiných proměnných, aby bylo zjištěno, zdali zůstane predikující vliv sexuální orientace mužů na úroveň emoční inteligence signifikantní.

Za tímto účelem byly do prvního bloku regresní analýzy vloženy proměnné demografických charakteristik (město/venkov, věk, zdravotní stav, vzdělání) pro kontrolu jejich vlivu. Do druhého bloku tak byla vložena sexuální orientace mužů jako prediktor závisle proměnné, tj. EI. Předběžné analýzy byly uskutečněny pro zjištění, že nebyly narušeny předpoklady normality, linearity, multikolinearity a homoskedasticity. Variance vysvětlená celkovým modelem byla malá, a sice necelých 9 %, nicméně statisticky vysoce významná,  $F(5, 211) = 3,92$ ,  $p < 0,01$ . Proměnná sexuální orientace mužů vysvětlila 4 % dodatečné variance v proměnné emoční inteligence po kontrolování vlivu proměnných věku, zdraví, prostředí (město/venkov) a vzdělání.  $R\text{-squared change} = 0,043$ ,  $F \text{ change}(1, 211) = 10,03$ ,  $p < 0,01$ . Ve finálním modelu zůstaly signifikantními prediktory sexuální orientace, proměnná

město/venkov a zdravotní stav, a to s nejvyšší beta hodnotou pro sexuální orientaci následovanou zdravotním stavem.

Poslední část výsledků se zabývá faktorovou strukturou modifikované verze dotazníku SEIS. Jelikož byl získán dostatečný počet respondentů ( $N = 423$ ), kteří mohou být do analýzy zahrnuti, bylo možno uskutečnit faktorovou analýzu. Všechny položky dotazníku byly tedy analyzovány programem SPSS s využitím šikmé rotace Oblimin vzhledem k tomu, že existuje předpoklad vztahů mezi jednotlivými faktory dotazníku. Byly zaznamenány korelace mezi položkami dotazníku, KMO hodnota dosáhla 0,854 a Bartlettův test sféricity byl signifikantní ( $\chi^2(820) = 4833,88$ ;  $p < 0,001$ ), což vedlo k oprávněnosti využití faktorové analýzy.

Kaiserovo kritérium pro celá čísla nad hodnotu 1 ukázalo větší množství faktorů, takže se přistoupilo k fixnímu podržení čtyř faktorů, které jasně vystupovaly nad bodem zlomu ve scree plotu (viz obr. č. 8) a které vysvětlily 31 % celkové variance:



Obrázek č. 8: Scree plot z faktorové analýzy dotazníku SEIS



Pattern Matrix					Structure Matrix				
	Factor					Factor			
	1	2	3	4		1	2	3	4
EI_P22	<b>,736</b>	-,099	,097	,048	EI_P22	,747	,066	,276	,106
EI_P39	<b>,683</b>	-,028	-,085	,063	EI_P06	,663	,180	,083	,194
EI_P06	<b>,669</b>	,040	-,099	,117	EI_P39	,663	,105	,090	,128
EI_P40	<b>,618</b>	,003	-,038	,122	EI_P17	,637	,057	,391	,088
EI_P36	<b>,613</b>	,256	-,094	-,037	EI_P36	,634	,352	,101	,080
EI_P17	<b>,586</b>	-,100	,251	,045	EI_P40	,621	,142	,125	,186
EI_P31	<b>,552</b>	,162	,097	-,086	EI_P31	,600	,263	,262	,008
EI_P08	<b>,532</b>	-,216	,099	-,079	EI_P08	,508	-,117	,206	-,069
EI_P01	<b>,413</b>	,147	,168	-,136	EI_P01	,471	,220	,294	-,058
EI_P19	<b>,355</b>	,185	,145	-,118	EI_P19	,416	,248	,261	-,039
EI_P05	<b>,298</b>	,263	-,047	,015	EI_P28	,349	,197	,333	,084
EI_P28	<b>,260</b>	,105	,250	,030	EI_P05	,338	,317	,067	,103
EI_P41	<b>,213</b>	,105	,195	,172	EI_P11	,305	,303	,242	,073
EI_P20	<b>,209</b>	,160	-,084	,132	EI_P41	,302	,210	,268	,219
EI_P37	,169	<b>,621</b>	-,080	,008	EI_P20	,231	,217	-,005	,188
EI_P16	,081	<b>,577</b>	,022	-,074	EI_P37	,268	,644	,050	,158
EI_P30	,114	<b>,492</b>	,089	-,044	EI_P16	,190	,579	,122	,059
EI_P07	,026	<b>,482</b>	-,040	,111	EI_P38	,133	,521	,480	,299
EI_P32	,122	<b>,430</b>	-,166	,176	EI_P30	,227	,517	,187	,075
EI_P02	,029	<b>,328</b>	,260	-,071	EI_P07	,120	,506	,036	,218
EI_P21	-,081	<b>,313</b>	,210	,288	EI_P32	,180	,468	-,072	,280
EI_P11	,220	<b>,240</b>	,152	-,004	EI_P21	,064	,389	,237	,350
EI_P35	,093	-,036	<b>,594</b>	,028	EI_P02	,152	,355	,312	,007
EI_P15	-,032	,201	<b>,557</b>	,014	EI_P35	,244	,071	,614	,039
EI_P12	,067	-,029	<b>,546</b>	,228	EI_P15	,153	,275	,577	,062
EI_P03	,125	-,141	<b>,542</b>	,103	EI_P12	,228	,110	,563	,238
EI_P24	,146	-,243	<b>,487</b>	,032	EI_P03	,251	-,019	,557	,094
EI_P26	,159	-,172	<b>,465</b>	-,137	EI_P24	,229	-,140	,492	,002
EI_P18	-,042	,231	<b>,441</b>	,036	EI_P26	,233	-,106	,481	-,150
EI_P38	-,086	,431	<b>,439</b>	,209	EI_P18	,121	,292	,463	,088
EI_P29	-,117	,368	<b>,406</b>	,025	EI_P29	,062	,407	,427	,098
EI_P27	,246	,034	<b>,314</b>	-,067	EI_P27	,327	,110	,382	-,029
EI_P10	,084	,005	<b>-,261</b>	,234	EI_P34	,054	,212	-,171	,617
EI_P34	,023	,108	-,201	<b>,594</b>	EI_P23	,237	,283	,230	,582
EI_P25	,039	,023	,195	<b>,560</b>	EI_P25	,153	,178	,217	,572
EI_P23	,112	,120	,176	<b>,542</b>	EI_P33	,033	,418	,031	,460
EI_P09	-,152	,224	-,018	<b>,401</b>	EI_P09	-,072	,279	-,020	,433
EI_P33	-,074	,348	-,004	<b>,392</b>	EI_P14	,028	,114	,032	,392
EI_P14	-,026	,031	,029	<b>,388</b>	EI_P13	,096	-,011	-,025	,267
EI_P13	,094	-,083	-,042	<b>,275</b>	EI_P10	,042	,035	-,234	,240
EI_P04	-,019	-,110	,054	<b>,240</b>	EI_P04	-,001	-,055	,038	,215

Obrázek č. 9: Sycení faktorů konkrétními položkami dotazníku

Obrázek č. 9 podává přehled o sycení faktorů jednotlivými položkami. Ježto byla využita šikmá rotace, je uveden výstup jak z tzv. pattern, tak structure matrix ze statistického softwaru. Extrahované faktory byly pojmenovány jako porozumění emocím (15,54 % variance), optimismus/sociální dovednosti (6,80 % variance), regulace emocí (5,08 % variance) a facilitace myšlení emocemi (3,28 % variance).

## 7.4 Diskuze

Hlavním cílem tohoto výzkumu bylo zjistit, zdali existují rozdíly v emoční inteligenci a v emoční regulaci mezi homosexuálními a heterosexuálními jedinci. Tato výzkumná otázka vznikla na podkladě absence těchto informací – zatímco existují doklady o tom, že úroveň emoční inteligence je odlišná mezi ženami a muži (např. Schutte et al., 1998; Ciarrochi, Chan a Caputi, 2000; Van Rooy, Alonso a Viswesvaran, 2005) nebo mezi zdravými a nemocnými osobami (Tsaousis a Nikolau, 2005; Schutte et al., 2007) či mezi staršími a mladšími jedinci (Van Rooy, Alonso a Viswesvaran, 2005), tak na druhé straně neexistují doklady o diferenci celkové emoční inteligence mezi homosexuály a heterosexuály. Cíl byl naplněn, ačkoliv se zjistilo, že signifikantní rozdíl v EI existoval pouze mezi homosexuálními a heterosexuálními muži a to ve prospěch prvních zmíněných. Důležitým výsledkem v tomto ohledu je také to, že predikující vliv sexuální orientace mužů na úroveň EI zůstal významný i při kontrolování vlivu dalších proměnných (věk, zdraví, vzdělání či životní prostředí). Navíc sexuální orientace mužů vysvětlila jistou míru variance navíc nad varianci těchto kontrolovaných proměnných. Otázkou však zůstává, nakolik by tato inkrementální nadstavba byla významná i při kontrolování vlivu jiných osobnostních proměnných (např. charakteristiky Big Five). Budoucí výzkumy by měly vzít tedy v potaz i tyto aspekty.

Je otázkou, co stojí za signifikancí tohoto rozdílu, který byl nalezen pouze u mužů a nikoli u žen a ani mezi homosexuály a heterosexuály obecně. O podstatě homosexuality se častou vedou diskuze na bázi nature-nurture determinace. Z těchto charakteristik by tak bylo možno usuzovat na případnou neuroanatomickou či fyziologickou odlišnost homosexuálních mužů od heterosexuálních, která by se mohla projevovat ve zvýšené úrovni emoční inteligence. Na druhou stranu je však možné, že relativní výhoda gayů v rysové EI oproti heterosexuálním mužům může být také dána vlivem odlišného výchovného působení nebo způsobena modifikací emočního rozvoje jdoucího ruku v ruce s rozvojem biologickým a sociálním.

Existují doklady o tom, že EI je spojena s well-beingem, který může být narušován případnou zažívanou diskriminací nebo šikanováním homosexuálů jako menšiny (Ariono a

Rahardjo, 2011). To může vést k potřebě se emocionálně vypořádávat se znevýhodňujícími podmínkami, a tak k rozvoji celkové EI. Na druhou stranu to nevysvětluje, proč nebyly podobné rozdíly nalezeny i u žen nebo celkově mezi homosexuály a heterosexuály, čímž je nastíněna pravděpodobná specifická homosexualita mužů v této oblasti, v níž by tudíž bylo potřeba uskutečnit další studie pro odhalování těchto možných souvislostí.

Byť je příslušnost k sexuální orientaci především věcí biologickou, existují v rámci „sociálního pohlaví“ doklady o tom, že androgynie, tedy pohlavně nevyhraněná příslušnost ke konkrétnímu gender-rolovému chování, je pozitivně spjata i s úrovní EI (Guastello a Guastello, 2003). Na tomto základě by bylo vhodné v budoucnu ověřit, zdali se homosexuální orientace mužů nepojí i s více akcentovanou androgynií, a tedy zdali by nemohl tento potenciální vztah být důvodem toho, proč gayové vykazují vyšší rysovou emoční inteligence).

S otázkou diferencí v emoční inteligenci mezi homosexuály a heterosexuály se pojí podobná otázka v rámci emoční regulace – zde nebyly signifikantní rozdíly dle pohlaví, nicméně prozřetelně vyvstaly signifikantní rozdíly obecně mezi homosexuály a heterosexuály, čímž byl naplněn cíl tohoto výzkumu. Lesbičky a gayové vykazovali významně vyšší hodnoty celkové emoční regulace a dále strategie potlačování emocí. Zmíněný rozdíl v celkové ER se může opět pojit s případnými zažívanými diskriminacemi či znevýhodněními, které se pojí častěji s menšinami, v tomto případě sexuální menšinou. V takových situacích mohou homosexuálové častěji zažívat potřebu více regulovat své emoce, což může vést k zafixování daných projevů chování. Podobně se může i častější strategie potlačování emocí pojit s možnou pocíťovanou potřebou tajit homosexuální orientaci z důvodu hrozby homofobního chování v sociálních interakcích. Jedná se o potenciální koreláty, které by mohly budoucí výzkumné studie podchytit a ověřit či vyvrátit.

Ve studii prokázaný vztah mezi emoční inteligencí a emoční regulací (včetně dvou zahrnutých emočně-regulačních strategií) není překvapivým zjištěním, a je tak potvrzením toho, že emoční regulace je důležitou součástí emoční inteligence, jak bývá uváděno v různých teoriích (např. Salovey a Mayer, 1990; Bar-On, 2006).

Otázky ohledně celkové emoční inteligence a emoční regulace v souvislosti s různě sexuálně orientovanými osobami je novou oblastí, která nebyla doposud prozkoumávána, a tudíž je potřeba uskutečnit další výzkumy, které by vrhaly více světla na nalezené rozdíly a případné vztahy jednotlivých proměnných. Oproti tomu rozdíly v celkové EI mezi ženami a muži byly již v minulosti zkoumány a i touto studií byly prokázány. Zde uváděné výsledky

tak jsou ve shodě s minulými výzkumnými zjištěními hovořícími o relativní výhodě žen v celkové EI proti mužům (např. Schutte et al., 1998; Ciarrochi, Chan a Caputi, 2000; Van Rooy, Alonso a Viswesvaran, 2005). Získaný rozdíl je menší než ten, který uvádí Schutte et al. (1998), a blíží se tak spíše tomu, o kterém referovali Van Rooy, Alonso a Viswesvaran (2005), celkově však tato studie v této oblasti vykazuje konzistenci s minulými zjištěními.

Podobnou konzistenci s jinými výzkumy prokazuje tato studie i v souvislosti emoční inteligence se zdravím. Prokázáno bylo, že zdraví lidé mají signifikantně vyšší úroveň emoční inteligence při komparaci s lidmi trpícími dlouhodobými, vážnými a trvalými zdravotními obtížemi. Tento výsledek tak je ve shodě např. se studií, kterou uskutečnili Tsaousis a Nikolau (2005), kteří rovněž zachycovali úroveň rysové emoční inteligence. Podobně je zde nalezena shoda i s výsledky metaanalytické studie Schutte et al. (2007), jež stvrdila vztah obou větví emoční inteligence (trait a ability) se zdravím.

Diskrepance se objevily při analýze EI mezi mladšími a staršími jedinci. Např. Van Rooy, Alonso a Viswesvaran (2005) prokázali pozitivní vztah věku s emoční inteligencí. V této studii se signifikantní rozdíl neprokázal, nicméně výsledky měly tendenci inklinovat ke kritické hladině významnosti, což tento rozpor zmenšuje. Je navíc možné, že byl způsoben nenormální distribucí věku výzkumných osob, mezi nimiž silně převládali mladší respondenti do 30 let.

Vzhledem k tomu, že polovina ze stanovených hypotéz byla zcela či alespoň částečně verifikována, je možno vyvodit jisté implikace z těchto zjištění pro budoucí výzkumy. Jestliže máme doklady o tom, jak souvisejí emoční inteligence a emoční regulace se zdravím (Schutte et al., 2007) nebo o souvislosti emoční inteligence s pracovním výkonem (Brackett, Rivers a Salovey, 2011), můžeme si klást otázku, do jaké míry tak mohou být homosexuální ženy a muži zdatnější regulací svých emocí ovlivňovat i kvalitu svého zdraví, jaké jsou rozdíly v pracovních výkonech a kariérovém postupu mezi odlišně sexuálně orientovanými muži či do jaké míry umějí gayové lépe facilitovat sociální interakce a využívat sociálních kompetencí pro dosažení různých cílů.

Jako jisté omezení tohoto výzkumu je možno shledat fakt, že obě dvě využití metodiky (SEIS a ERQ) jsou nástroji subjektivního posuzování respondentů k jednotlivým položkám v nich uvedených, tj. self-report. Na tomto základě je třeba mít se na pozoru před zkreslováním údajů, které může být nevědomé i vědomé ze strany respondentů, např. sociální desirabilita, a tedy tendence vypovídat tak, aby se jedinec ukazoval v lepším světle. Na

druhou stranu sbíraná data byla zcela anonymní a hromadná, což mohlo tyto tendence částečně omezovat.

Jiné omezení vyplývá z použité operacionalizace v tomto výzkumu – emoční inteligence je velmi rozsáhlé téma a štěpí se v rámci sebe sama ještě na dvě hlavní větve. Z toho důvodu bylo nutno přistoupit pouze k omezenému zkoumání individuálních diferencí, a sice metodikou SEIS, jež podcycňuje úroveň rysové emoční inteligence, a která se zdála být nástrojem vhodným pro rychlé zorientování se v EI (navíc dosáhla v našem výzkumu dobré úrovně reliability). Budoucí výzkumy by proto měly zahrnout i model schopnostní EI nebo difference v konkrétních dimenzích spadajících pod EI. Podobně emoční regulace jako celek je širokou oblastí, a výzkum se tudíž musel zaměřit na konkrétní nástroj, který zachycoval data pouze ke dvěma emočně-regulačním strategiím, a sice potlačování emocí a kognitivní přehodnocování. Ježto se ukázalo v tomto výzkumu, že existují rozdíly mezi homosexuály a heterosexuály v celkové ER i v konkrétní emočně-regulační strategii, bylo by rovněž na místě rozšiřovat budoucími studii povědomí o těchto rozdílech a případných vztazích či vlivech, které mohou k existenci těchto rozdílů vést.

Další omezení, jež lze v tomto výzkumu spatřit, je možný vliv intervenujících proměnných, které nebyly ve studii zahrnuty a statisticky zpracovány. Jedná se o vliv zejména osobnostních charakteristik, jako jsou např. v psychologii již dobře etablované rysové dimenze modelu Big Five. To by mohlo být stěžejní právě především ve výzkumu jako je tento vzhledem k tomu, že se jednalo o zkoumání rysové emoční inteligence, jejíž charakteristiky se mohou často překrývat s charakteristikami osobnostních rysů, a tudíž se v nich vytrácet. Takto lze konkrétně uvést to, že nebylo podchyceno např., zdali by sexuální orientace mužů stále zůstala predikujícím vlivem na úroveň emoční inteligence, pakliže by byly zachyceny a statisticky podrženy vlivy zmíněných osobnostních charakteristik. Budoucí výzkumy by tak měly brát tyto aspekty v potaz.

Na druhou stranu se jako silnější stránka této studie může jevit velikost vzorku. Do statistických analýz vstoupilo celkem 423 formulářů heterosexuálních žen a mužů a homosexuálních žen a mužů, což je ke specifičnosti vzorku vzhledem k menšinové sexuální orientaci relativně vysoký počet respondentů.

## **7.5 Závěr**

Bez ohledu na zmiňované slabší a silnější stránky tohoto výzkumu bylo prokázáno, že homosexuální muži se liší v rysové emoční inteligenci od heterosexuálních mužů a že

homosexuálové celkově vykazují difference v emoční regulaci i v konkrétní emočně-regulační strategii ve srovnání s heterosexuálními protějšky. Jedná se o nové výsledky na půdě individuálních diferencí, a je tedy tudíž potřeba uskutečňovat další výzkumy, které by replikovaly stávající výsledky či by poskytly další vhled do této problematiky např. posuzováním jednotlivých dimenzí emoční inteligence, a to už i proto, že nespočet výzkumů prokázal vliv emoční inteligence na rozličné, méně i více důležité, aspekty lidského života. Důležitým zjištěním také bylo, že homosexuálové více využívají emočně-regulační strategie potlačování emocí, což by také mělo být předmětem budoucího výzkumu, jelikož tyto charakteristiky mohou souviset např. se v životě zažívanou diskriminací jejich sexuální menšiny.

## **Závěr**

Tato diplomová práce se zabírala tématem emoční inteligence, tedy fenoménem, který je dnes považován za velice důležitý v životě člověka a rovněž fenoménem, který denně využíváme a zakomponováváme více či méně v našem jednání. V práci bylo nastíněno, že existuje mnoho teoretických návrhů na to, jaké charakteristiky by měly pod emoční inteligenci spadat a také to, že tato diverzita názorů je pravděpodobně také výsledkem rozmanitosti aspektů, které jsou zahrnovány pod samotný pojem emoce, jenž je velice těžko definovatelný.

Součástí práce bylo také pojednání o tom, jak se s postupem času od explicitního etablování konceptu měnily názory na emoční inteligenci a jak postupně vyústily tyto odlišnosti ve dvě základní větve EI, z nichž jednu označujeme jako rysovou a druhou jako schopností, přičemž, jak ukazují výzkumy, tyto dva druhy emoční inteligence měří odlišné aspekty a samy mezi sebou korelují málo nebo vůbec, což opravňuje k existenci obou větví.

Nechyběla pojednání k vybraným modelům emoční inteligence, jejich hlavním charakteristikám a k metodikám, které si kladou za cíl měřit celkovou emoční inteligenci nebo její jednotlivé dimenze. Důraz byl v teorii kladen na rozmanité vztahy obou větví emoční inteligence s důležitými oblastmi lidského života – s dosahováním výsledků ve školním prostředí, na akademické půdě či v pracovním životě, hovořilo se také o souvztažnosti EI se zdravím jedinců nebo o pozitivním vlivu emoční inteligence v sociálních interakcích. Vzhledem k důležitosti těchto okolností byl podán výklad také o možnostech rozvoje EI a prováděných intervencích, které se na toto zdokonalování v emoční gramotnosti zaměřily.

Praktická část vycházela z nedostatečné prozkoumanosti individuálních diferencí v celkové emoční inteligenci na podkladě různě sexuálně orientovaných osob, a tak byl proveden kvantitativní výzkum s metodikou rysové emoční inteligence a se škálou k emoční regulaci, kterými se podchytilo, že je zde oprávnění klást si otázku, zdali se homosexuálové a heterosexuálové mohou odlišovat v EI či v ER, jelikož vykazovali mnohdy rozdílné a statisticky signifikantní hodnoty. Nadto byla úspěšně replikována některá minulá zjištění, např. že ženy vykazují vyšší hodnotu emoční inteligence ve srovnání s muži. Celkově se zdá být celá koncepce emoční inteligence obohacující pro prokazování vztahů s důležitými oblastmi lidského života či pro prokazování rozdílů na podkladě různých individuálních diferencí, a proto by měla být emoční inteligence zkoumána i v dalších obohacujících výzkumech, které by na její podstatu a důležitost vrhaly více světla.

## Seznam použité literatury

1. AGNOLI, Sergio, Giacomo MANCINI, Tiziana POZZOLI, Bruno BALDARO, Paolo Maria RUSSO a Paola SURCINELLI. The Interaction Between Emotional Intelligence and Cognitive Ability in Predicting Scholastic Performance in School-Aged Children. *Personality and Individual Differences*. 2012, **53**(5): 660-665. DOI: 10.1016/j.paid.2012.05.020. ISSN 01918869.
2. ARDOLINO, Allison. The Impact of Sex, Gender Role Orientation, and Extroversion on Emotional and Social Intelligence. *College of St. Elizabeth journal of the behavioral sciences*. Morristown, NJ: College of St. Elizabeth, 2013 : 1-32. ISSN 1940-154X.
3. ARTECHE, Adriane, Tomas CHAMORRO-PREMUZIC, Adrian FURNHAM a John CRUMP. The Relationship of Trait EI with Personality, IQ and Sex in a UK Sample of Employees. *International Journal of Selection and Assessment*. 2008, **16**(4): 421-426. DOI: 10.1111/j.1468-2389.2008.00446.x.
4. ATKINSON, Rita L. *Psychologie*. 2., aktualiz. vyd. Praha: Portál, 2003, xxii, 751 s. ISBN 80-717-8640-3.
5. AUSTIN, Elizabeth J, Donald H SAKLOFSKE, Sandra H.S HUANG a Deanne MCKENNEY. Measurement of Trait Emotional Intelligence: Testing and Cross-Validating a Modified Version of Schutte et al.'s (1998) Measure. *Personality and Individual Differences*. 2004, **36**(3): 555-562. DOI: 10.1016/S0191-8869(03)00114-4. ISSN 01918869.
6. AUSTIN, Elizabeth J., Donald H. SAKLOFSKE a Vincent EGAN. Personality, Well-being and Health Correlates of Trait Emotional Intelligence. *Personality and Individual Differences*. 2005, **38**(3): 547-558. DOI: 10.1016/j.paid.2004.05.009. ISSN 01918869.
7. BAR-ON, Reuven. The Bar-On Model of Emotional-Social Intelligence (ESI). *Psicothema*. 2006, **18**(supl.): 13-25. ISSN 0214-9915.
8. BARRETT, Louise, R DUNBAR a John LYCETT. *Evoluční psychologie člověka*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007, 551 s. ISBN 978-80-7178-969-7.
9. BATOOL, Syeda S. a Ruhi KHALID. Emotional Intelligence: A Predictor of Marital Quality in Pakistani Couples. *Pakistan Journal of Psychological Research*. 2012, **27**(1): 65-88. ISSN 1016-0604.



10. BATSON, C. Daniel, Judy G. BATSON, Jacqueline K. SLINGSBY, Kevin L. HARRELL et AL. Empathic Joy and the Empathy-Altruism Hypothesis. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1991, **61**(3): 413-426. DOI: 10.1037//0022-3514.61.3.413.
11. BESTER, Marais, Cara JONKER a Jan Alewyn NEL. Confirming the Factor Structure of the 41-Item Version of the Schutte Emotional Intelligence Scale. *Journal of psychology in Africa*. Enugu, Nigeria: Working Group for African Psychology, 2013, **23**(2): 213-222. ISSN 1433-0237.
12. BRACKETT, Marc A, John D MAYER a Rebecca M WARNER. Emotional Intelligence and its Relation to Everyday Behaviour. *Personality and Individual Differences*. 2004, **36**(6): 1387-1402. DOI: 10.1016/S0191-8869(03)00236-8. ISSN 01918869.
13. BRACKETT, Marc A., Susan E. RIVERS, Sara SHIFFMAN, Nicole LERNER a Peter SALOVEY. Relating Emotional Abilities to Social Functioning: A Comparison of Self-Report and Performance Measures of Emotional Intelligence. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2006, **91**(4): 780-795. DOI: 10.1037/0022-3514.91.4.780. ISSN 1939-1315.
14. BRACKETT, Marc A., Susan E. RIVERS a Peter SALOVEY. Emotional Intelligence: Implications for Personal, Social, Academic, and Workplace Success. *Social and Personality Psychology Compass*. 2011, **5**(1): 88-103. DOI: 10.1111/j.1751-9004.2010.00334.x. ISSN 17519004.
15. BRADBERRY, Travis a Jean GREAVES. *Emoční inteligence v praxi: všechno, co potřebujete vědět o úspěšném životě, vztazích a kariéře*. Praha: Columbus, 2007, 182 s. ISBN 978-80-7249-220-6.
16. CABANAC, Michel. What is Emotion? *Behavioural Processes*. 2002, **60**(2): 69-83.
17. CIARROCHI, Joseph, Amy CHAN a Peter CAPUTI. A Critical Evaluation of the Emotional Intelligence Construct. *Personality and Individual Differences*. 2000, **29**(5): 539-561. DOI: 10.1016/s0191-8869(00)00108-2.
18. CIARROCHI, Joseph, Frank P DEANE a Stephen ANDERSON. Emotional Intelligence Moderates the Relationship Between Stress and Mental Health. *Personality and Individual Differences*. 2002, **32**(2): 197-209. DOI: 10.1016/s0191-8869(01)00012-5.

19. CÔTÉ, Stéphane a Christopher T. H. MINERS. Emotional Intelligence, Cognitive Intelligence, and Job Performance. *Administrative Science Quarterly*. 2006, **51**(1): 1-28. ISSN 0001-8392.
20. CRONBACH, Lee Joseph. *Essentials of Psychological Testing*. 3. ed. New York: Harper and Row, 1970. 30, 752 s. Harper International Edition.
21. CZAJA, Julia, Winfried RIEF a Anja HILBERT. Emotion Regulation and Binge Eating in Children. *The International Journal of Eating Disorders*. New York, N.Y.: Van Nostrand Reinhold, 2009, **42**(4): 356-362. ISSN 0276-3478.
22. DAMASIO, Antonio R. *Descartesův omyl: emoce, rozum a lidský mozek*. Vyd. 1. Praha: Mladá fronta, 2000, 259 s. ISBN 80-204-0844-4.
23. DARWIN, Charles. *Výraz emocí u člověka a u zvířat*. 1., čes. vyd. Praha: Československá akademie věd, 1964. 285, [1] s.
24. DOUGLAS, K. M., R. J. PORTER, Akiko TERAOKA, David MATSUMOTO a Bob WILLINGHAM. Recognition of Disgusted Facial Expressions in Severe Depression. *The British Journal of Psychiatry*. 2010, **197**(2): 156-157. DOI: 10.1037/e582562006-001.
25. EISENBERG, Nancy, Richard A. FABES, Bridget MURPHY, Marissa KARBON, Melanie SMITH a Pat MASZK. The Relations of Children's Dispositional Empathy-Related Responding to their Emotionality, Regulation, and Social Functioning. *Developmental Psychology*. 1996, **32**(2): 195-209.
26. EISENBERG, Nancy, Richard A. FABES, Ivanna K. GUTHRIE a Mark REISER. Dispositional Emotionality and Regulation: Their Role in Predicting Quality of Social Functioning. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2000, **78**(1): 136-157. DOI: 10.1037//0022-3514.78.1.136. ISSN 0022-3514.
27. EKMAN, Paul a Wallace V. FRIESEN. Constants Across Cultures in the Face and Emotion. *Journal of Personality and Social Psychology*. 1971, **17**(2): 124-129.
28. Emotional Intelligence and Psychological Well-Being in Gay Male. *Academia.edu - Share research* [online]. © 2015 [cit. 2015-06-30]. Dostupné z: [http://www.academia.edu/1178777/Emotional\\_Intelligence\\_and\\_Psychological\\_Well-Being\\_in\\_Gay\\_Male](http://www.academia.edu/1178777/Emotional_Intelligence_and_Psychological_Well-Being_in_Gay_Male).

- 29.** ENGLISH, Horace B. What is Emotion? *The Ohio journal of science* [online]. 1947, **47**(2): 62-66 [cit. 2015-04-03]. DOI: 20297079. ISSN 00300950. Dostupné z: [https://kb.osu.edu/dspace/bitstream/handle/1811/5741/V47N02\\_062.pdf?sequence=1](https://kb.osu.edu/dspace/bitstream/handle/1811/5741/V47N02_062.pdf?sequence=1).
- 30.** ESLAMI, AhmadAli, Akbar HASANZADEH a Farid JAMSHIDI. The Relationship Between Emotional Intelligence Health and Marital Satisfaction: A Comparative Study. *Journal of Education and Health Promotion*. 2014, **3**(1): 24-. DOI: 10.4103/2277-9531.127616. ISSN 2277-9531.
- 31.** FESHBACH, Norma a Seymour FESHBACH. Affective Processes and Academic Achievement. *Child Development*. 1987, **58**(5): 1335-1347.
- 32.** GALLA, Brian a Jeffrey WOOD. Emotional Self-Efficacy Moderates Anxiety-Related Impairments in Math Performance in Elementary School-Age Youth. *Personality and Individual Differences*. 2012, **52**(2): 118-122.
- 33.** GARCÍA-GRAU, Eugeni, Adela FUSTÉ, Anna MIRÓ, Carmina SALDANA a Arturo BADOS. Coping Style and Vulnerability to Eating Disorders in Adolescent Boys. *European eating disorders review*. 2004, **12**(1): 61-67.
- 34.** GARDNER, Howard. *Dimenze myšlení: teorie rozmanitých inteligencí*. Vyd. 1. Praha: Portál, 1999, 398 s. ISBN 8071782793.
- 35.** GOLEMAN, Daniel. *Emotional Intelligence: why it can Matter more than IQ*. New York: Bantam Books, 1995, 352 s. ISBN 0-553-09503-X.
- 36.** GOLEMAN, Daniel. *Práce s emoční inteligencí: [jak odstartovat úspěšnou kariéru]*. 1. vyd. V Praze: Columbus, 2000, ix, 366 s. ISBN 80-724-9017-6.
- 37.** GOLEMAN, Daniel, Richard E BOYATZIS a Annie MCKEE. *Primal Leadership: Realizing the Power of Emotional Intelligence*. Boston, Mass.: Harvard Business School Press, c2002, xvii, 306 p. ISBN 15-785-1486-X.
- 38.** GOLEMAN, Daniel. *Emoční intelligence*. Vyd. 2. V Praze: Metafora, 2011, 315, [10] s. ISBN 978-80-7359-334-6.
- 39.** GRANT, Anthony M. Enhancing Coaching Skills and Emotional Intelligence through Training. *Industrial and Commercial Training*. 2007, **39**(5): 257-266. DOI: 10.1108/00197850710761945. ISSN 0019-7858.

40. GROSS, James J. a Oliver P. JOHN. Individual Differences in Two Emotion Regulation Processes: Implications for Affect, Relationships, and Well-being. *Journal of Personality and Social Psychology*. 2003, **85**(2): 348-362. DOI: 10.1037/0022-3514.85.2.348. ISSN 0022-3514.
41. GUASTELLO, Denise a Stephen GUASTELLO. Androgyny, Gender Role Behavior, and Emotional Intelligence Among College Students and Their Parents. *Sex Roles*. 2003, **49**(11/12): 663-673.
42. HARTL, Pavel a Helena HARTLOVÁ. *Psychologický slovník*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2000, 774 s. ISBN 80-7117-8303-X.
43. JONKER, Cara S. a Christel VOSLOO. The Psychometric Properties of the Schutte Emotional Intelligence Scale. *SA Journal of Industrial Psychology*. 2008, **34**(2): -. DOI: 10.4102/sajip.v34i2.689. ISSN 2071-0763.
44. JOSEPH, Dana L., Jing JIN, Daniel A. NEWMAN a Ernest H. O'BOYLE. Why Does Self-Reported Emotional Intelligence Predict Job Performance? A Meta-Analytic Investigation of Mixed EI. *Journal of Applied Psychology*. 2015, **100**(2): 298-342. DOI: 10.1037/a0037681. ISSN 1939-1854.
45. KERR, Robert, John GARVIN, Norma HEATON a Emily BOYLE. Emotional Intelligence and Leadership Effectiveness. *Leadership*. 2006, **27**(4): 265-279. DOI: 10.1108/01437730610666028. ISSN 0143-7739.
46. LEE, Trevor Changgun, Monique HERBERT a Katharina MANASSIS. Do Anxious Boys and Girls Differ in Emotion Recognition Accuracy? *Journal of the Canadian Academy of Child & Adolescent Psychiatry*. 2014, **23**(1): 61-64. ISSN 1719-8429.
47. LOPES, Paulo N., Marc A. BRACKETT, John B. NEZLEK, Astrid SCHÜTZ, Ina SELLIN a Peter SALOVEY. Emotional Intelligence and Social Interaction. *Personality and Social Psychology Bulletin*. 2004, **30**(8): 1018-1034. DOI: 10.1177/0146167204264762. ISSN 01461672.
48. LOPES, Paulo N., Daisy GREWAL, Jessica KADIS, Michelle GALL a Peter SALOVEY. Evidence that Emotional Intelligence is Related to Job Performance and Affect and Attitudes at Work. *Psicothema*. 2006, **18**(1): 132-138. ISSN 0214-9915.

- 49.** MARCUS, Robert F., Sharon TELLEEN a Edward J. ROKE. Relation Between Cooperation and Empathy in Young Children. *Developmental Psychology*. 1980, **15**(3): 346-347.
- 50.** MARTINS, Alexandra, Nelson RAMALHO a Estelle MORIN. A Comprehensive Meta-Analysis of the Relationship Between Emotional Intelligence and Health. *Personality and Individual Differences*. 2010, **49**(6): 554-564. DOI: 10.1016/j.paid.2010.05.029. ISSN 01918869.
- 51.** MAYER, John D. a Peter SALOVEY. What is Emotional Intelligence? In: SALOVEY, Peter a David J. SLUYTER. *Emotional Development and Emotional Intelligence: Educational Implications*. 1st ed. New York: Basic Books, 1997, s. 3-31. ISBN 0465095879.
- 52.** MILLS, Lane B. A Meta-Analysis of the Relationship Between Emotional Intelligence and Effective Leadership. *Journal of Curriculum and Instruction*. 2009, **3**(2): 22-38. DOI: 10.3776/joci.2009.v3n2p22-38. ISSN 1937-3929.
- 53.** MSCEIT – Test emoční inteligence. *Testcentrum HOGREFE* [online]. © 2000-2013 [cit. 2015-03-05]. Dostupné z: <http://www.testcentrum.com/testy/msceit>.
- 54.** NAKONEČNÝ, Milan. *Lidské emoce*. Vyd. 1. Praha: Academia, 2000, 335 s. ISBN 80-200-0763-6.
- 55.** NAKONEČNÝ, Milan. *Základy psychologie*. Praha: Academia, 2004, 590 s. ISBN 80-200-1290-7.
- 56.** NAKONEČNÝ, Milan. *Emoce*. Vyd. 1. V Praze: Triton, 2012, 501 s. ISBN 978-807-3876-142.
- 57.** NELIS, Delphine, Jordi QUOIDBACH, Moïra MIKOLAJCZAK a Michel HANSENNE. Increasing Emotional Intelligence: (How) is it Possible? *Personality and Individual Differences*. 2009, **47**(1): 36-41. DOI: 10.1016/j.paid.2009.01.046. ISSN 01918869.
- 58.** NIKOLAOU, Ioannis a Ioannis TSAOUSIS. Emotional Intelligence in the Workplace: Exploring its Effects on Occupational Stress and Organizational Commitment. *The International Journal of Organizational Analysis*. 2002, **10**(4): 327-342. DOI: 10.1108/eb028956. ISSN 1055-3185.

- 59.** O'BOYLE, Ernest H., Ronald H. HUMPHREY, Jeffrey M. POLLACK, Thomas H. HAWVHER a Paul A. STORY. The Relation Between Emotional Intelligence and Job Performance: A Meta-Analysis. *Journal of Organizational Behavior*. 2011, **32**(5): 788-818.
- 60.** ORNAGHI, Veronica, Jens BROCKMEIER a Ilaria GRAZZANI. Enhancing Social Cognition by Training Children in Emotion Understanding: A Primary School Study. *Journal of Experimental Child Psychology*. 2014, **119**: 26-39. DOI: 10.1016/j.jecp.2013.10.005.
- 61.** OWENS, Matthew, Jim STEVENSON, Roger NORGATE a Julie HADWIN. Processing Efficiency Theory in Children: Working Memory as a Mediator Between Trait Anxiety and Academic Performance. *Anxiety, Stress & Coping*. 2008, **21**(4): 417-430.
- 62.** PARKER, James D.A., Laura J. SUMMERFELDT, Marjorie J. HOGAN a Sarah A. MAJESKI. Emotional Intelligence and Academic Success: Examining the Transition from High School to University. *Personality and Individual Differences*. 2004, **36**(1): 163-172. DOI: 10.1016/S0191-8869(03)00076-X. ISSN 01918869.
- 63.** PETRIDES, K.V. a Adrian FURNHAM. On the Dimensional Structure of Emotional Intelligence. *Personality and Individual Differences*. 2000, **29**(2): 313-320. DOI: 10.1037/e582112006-001.
- 64.** PETRIDES, K.V. a Adrian FURNHAM. Trait Emotional Intelligence: Psychometric Investigation with Reference to Established Trait Taxonomies. *European Journal of Personality*. 2001, **15**(6): 85-101. DOI: 10.1007/978-0-387-88370-0\_5.
- 65.** PETRIDES, K.V. a Adrian FURNHAM. Trait Emotional Intelligence: Behavioural Validation in Two Studies of Emotion Recognition and Reactivity to Mood Induction. *European Journal of Personality*. 2003, **17**(1): 39-57.
- 66.** PETRIDES, K.V, Norah FREDERICKSON a Adrian FURNHAM. The Role of Trait Emotional Intelligence in Academic Performance and Deviant Behavior at School. *Personality and Individual Differences*. 2004, **36**(2): 277-293. DOI: 10.1016/S0191-8869(03)00084-9. ISSN 01918869.
- 67.** PETRIDES, K.V. a Adrian FURNHAM. The Role of Trait Emotional Intelligence in a Gender-Specific Model of Organizational Variables. *Journal of Applied Social Psychology*. 2006, **36**(2): 552-569. DOI: 10.1111/j.0021-9029.2006.00019.x.

- 68.** PLHÁKOVÁ, Alena. *Učebnice obecné psychologie*. Vyd. 1. Praha: Academia, 2011, 472 s. ISBN 978-80-200-1499-3.
- 69.** REEVY, Gretchen, Yvette Malamud OZER a Yuri ITO. *Encyclopedia of emotion*. Santa Barbara, Calif.: Greenwood, c2010, 2 v. (xxiii, 675 p.). ISBN 03133457912.
- 70.** RIGGIO, Ronald E. a Joanne LEE. Emotional and Interpersonal Competencies and Leader Development. *Human Resource Management Review*. 2007, **17**(4): 418-426. DOI: 10.1016/j.hrmr.2007.08.008. ISSN 10534822.
- 71.** ROBERTS, William a Janet STRAYER. Empathy, Emotional Expressiveness, and Prosocial Behavior. *Child Development*. 1996, **67**(2): 449-470. DOI: 10.1111/j.1467-8624.1996.tb01745.x. ISSN 0009-3920.
- 72.** ROSETE, David a Joseph CIARROCHI. Emotional Intelligence and its Relationship to Workplace Performance Outcomes of Leadership Effectiveness. *Leadership*. 2005, **26**(5): 388-399. DOI: 10.1108/01437730510607871. ISSN 0143-7739.
- 73.** ROSSMAN, Robbie. School-Age Children's Perceptions of Coping with Distress: Strategies for Emotion Regulation and the Moderation of Adjustment. *Journal of Child Psychology and Psychiatry*. 1992, **33**(8): 1373-1397.
- 74.** RUIZ-ARANDA, Desireé, Ruth CASTILLO, José Martín SALGUERO, Rosario CABELLO, Pablo FERNÁNDEZ-BERROCAL a Nekane BALLUERKA. Short- and Midterm Effects of Emotional Intelligence Training on Adolescent Mental Health. *Journal of Adolescent Health*. 2012, **51**(5): 462-467. DOI: 10.1016/j.jadohealth.2012.02.003. ISSN 1054139x.
- 75.** SAKLOFSKE, Donald H., Elizabeth J. AUSTIN a Paul S. MINSKI. Factor Structure and Validity of a Trait Emotional Intelligence Measure. *Personality and Individual Differences*. 2003, **34**(4): 707-721. DOI: 10.1016/s0191-8869(02)00056-9.
- 76.** SALOVEY, Peter a John D. MAYER. Emotional Intelligence. *Imagination, Cognition, and Personality*. 1990, **9**: 185-211. ISSN 0276-2366.
- 77.** SCHLAERTH, A., N. ENSARI a J. CHRISTIAN. A Meta-Analytical Review of the Relationship Between Emotional Intelligence and Leaders' Constructive Conflict Management. *Group Processes*. 2013, **16**(1): 126-136. DOI: 10.1177/1368430212439907. ISSN 1368-4302.

- 78.** SCHULZE, Ralf a Richard ROBERTS. *Emoční inteligence: přehled základních přístupů a aplikací*. Vyd. 1. Praha: Portál, 2007, 367 s. ISBN 978-80-7367-229-4.
- 79.** SCHUTTE, Nicola S., John M. MALOUFF, Lena E. HALL, Donald J. HAGGERTY, Joan T. COOPER, Charles J. GOLDEN a Liane DORNHEIM. Development and Validation of a Measure of Emotional Intelligence. *Personality and Individual Differences*. 1998, **25**(2): 167-177. DOI: 10.1016/S0191-8869(98)00001-4. ISSN 01918869.
- 80.** SCHUTTE, Nicola S., John M. MALOUFF, Chad BOBIK, Tracie D. COSTON, Cyndy GREESON, Christina JEDLICKA, Emily RHODES a Greta WENDORF. Emotional Intelligence and Interpersonal Relations. *The Journal of Social Psychology*. 2001, **141**(4): 523-536. ISSN 0022-4545.
- 81.** SCHUTTE, Nicola S., John M. MALOUFF, Einar B. THORSTEINSSON, Navjot BHULLAR a Sally E. ROOKE. A Meta-Analytic Investigation of the Relationship Between Emotional Intelligence and Health. *Personality and Individual Differences*. 2007, **42**(6): 921-933. DOI: 10.1016/j.paid.2006.09.003. ISSN 01918869.
- 82.** SCHUTTE, Nicola S. a Natasha M. LOI. Connections Between Emotional Intelligence and Workplace Flourishing. *Personality and Individual Differences*. 2014, **66**: 134-139. DOI: 10.1016/j.paid.2014.03.031. ISSN 01918869.
- 83.** SIEGLING, Alexander B., Donald H. SAKLOFSKE, Ashley K. VESELY a David W. NORDSTOKKE. Relations of Emotional Intelligence with Gender-Linked Personality: Implications for a Refinement of EI Constructs. *Personality and Individual Differences*. 2012, **52**(7): 776-781. DOI: 10.1016/j.paid.2012.01.003. ISSN 01918869.
- 84.** SIMONIAN, Susan, Deborah BEIDEL, Samuel TURNER, Jennifer BERKES a Jonathan LONG. 2001. Recognition of Facial Affect by Children and Adolescents Diagnosed with Social Phobia. *Child Psychiatry and Human Development*. **32**(2): 137-145. ISSN 0009-398X.
- 85.** STRAYER, Janet, William ROBERTS, Ashley K. VESELY a David W. NORDSTOKKE. Children's Anger, Emotional Expressiveness, and Empathy: Relations with Parents' Empathy, Emotional Expressiveness, and Parenting Practices. *Social Development*. 2004, **13**(2): 229-254. DOI: 10.1111/j.1467-9507.2004.000265.x. ISSN 0961-205x.
- 86.** STUHLÍKOVÁ, Iva. *Základy psychologie emocí*. Vyd. 2. Praha: Portál, 2007, 227 s. ISBN 978-807-3672-829.



- 87.** TSAOUSIS, Ioannis a Ioannis NIKOLAOU. Exploring the Relationship of Emotional Intelligence with Physical and Psychological Health Functioning. *Stress and Health*. 2005, **21**(2): 77-86. DOI: 10.1002/smi.1042. ISSN 1532-3005.
- 88.** VÁGNEROVÁ, Marie. *Vývojová psychologie*. Vyd. 1. V Praze: Karolinum, 2005, 467 s. ISBN 978-802-4609-560.
- 89.** VANDENBOS, Gary R. *APA Dictionary of Psychology*. 1st ed. Washington, DC: American Psychological Association, c2007, xvi, 1024 s. ISBN 15-914-7380-2.
- 90.** VAN ROOY, David L a Chockalingam VISWESVARAN. Emotional Intelligence: A Meta-Analytic Investigation of Predictive Validity and Nomological Net. *Journal of Vocational Behavior*. 2004, **65**(1): 71-95. DOI: 10.1016/S0001-8791(03)00076-9. ISSN 00018791.
- 91.** VAN ROOY, David L., Alexander ALONSO a Chockalingam VISWESVARAN. Group Differences in Emotional Intelligence Scores: Theoretical and Practical Implications. *Personality and Individual Differences*. 2005, **38**(3): 689-700. DOI: 10.1016/j.paid.2004.05.023. ISSN 01918869.
- 92.** VÝROST, Jozef. *Sociální psychologie*. 2., přeprac. a rozš. vyd. Editor Ivan Slaměník. Praha: Grada, 2008, 404 s. Psyché (Grada). ISBN 978-802-4714-288.
- 93.** WARWICK, Janette a Ted NETTELBECK. Emotional Intelligence is...? *Personality and Individual Differences*. 2004, **37**(5): 1091-1100. DOI: 10.1016/j.paid.2003.12.003. ISSN 01918869.
- 94.** ZEMACH, Eddy. What is Emotion? *American Philosophical Quarterly*. 2001, **38**(2): 197-207. ISSN 0003-0481.

## Přílohy:

### Dotazník SEIS

Vyjádřete Váš názor na každé z následujících tvrzení podle intenzity Vašeho souhlasu nebo nesouhlasu s ním. Nepřemýšlejte dlouho nad významem tvrzení. Neexistují žádné správné ani nesprávné odpovědi.

Odpovídejte na každý z výroků vepsáním písmena x do kroužku patřícímu jedné z pěti možností.

1 = nesouhlasím 2 = spíš nesouhlasím 3 = nevím 4 = spíš souhlasím 5 = souhlasím

		1	2	3	4	5
1.	Rozeznám, kdy můžu říct druhým o svých osobních problémech.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
2.	Když se setkávám s překážkami, připomenu si, jak jsem čelil/a podobným těžkostem a překonal/a jsem je.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
3.	Ve všeobecnosti očekávám neúspěch, když zkouším něco nového.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
4.	Moje nálada má malý vliv na to, jak řeším problémy.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
5.	Jiní lidé pokládají za lehké světit se mi.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
6.	Pokládám za těžké porozumět tomu, co neverbálně (mimikou, gesty, apod.) vyjadřují jiní lidé.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
7.	Některé z důležitých událostí mého života mě vedly k přehodnocení, co je a co není důležité.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
8.	Někdy neumím posoudit, jestli člověk, se kterým mluvím, hovoří vážně nebo žertuje.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
9.	Když se moje nálada mění, vidím nové možnosti.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
10.	Emoce nemají velký vliv na kvalitu mého života.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
11.	Uvědomuji si emoce, které prožívám.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
12.	Ve všeobecnosti neočekávám, že se budou dít dobré věci.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
13.	Když se snažím vyřešit nějaký problém ve svém životě, považuji za prospěšné, když je to možné, přistoupit k němu bez emocí.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
14.	Preferuji podržet si své emoce v soukromí.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
15.	Když prožívám pozitivní cit, vím, jak si ho udržet co nejdéle.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

16.	Zařizuji události tak, aby dělaly radost jiným.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
17.	Dost často nesprávně chápu, co se odehrává v sociálních situacích.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
18.	Vyhledávám aktivity, které mě dělají šťastným/ou.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
19.	Jsem si vědom/a, jak se neverbálně projevuji při komunikování s jinými.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
20.	Málo se zajímám o to, jaký dojem dělám na druhé.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
21.	Když jsem pozitivně naladěn/a, je pro mě lehké řešit problémy.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
22.	Mám sklon nesprávně chápat výrazy tváře jiných lidí.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
23.	Nevěřím, že mé emoce mi pomáhají při zrodu nových nápadů.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
24.	Často nevím, proč se mé emoce mění.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
25.	Nemyslím si, že mi pozitivní nálada pomůže při hledání nových myšlenek.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
26.	Považuji za těžké ovládat své emoce.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
27.	Lehce rozpoznám emoce, které prožívám.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
28.	Lidé mi říkají, že se mnou se těžko mluví.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
29.	Motivuji se představou dobrého výsledku úkolů, kterými se zabývám.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
30.	Pochválím druhé, když udělají něco dobře.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
31.	Jsem si vědom/a toho, co lidi v styku s jinými vyjadřují neverbálně (mimikou, gesty).	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
32.	Když mi někdo vypráví o důležité události ze svého života, většinou se cítím tak, jako kdybych událost prožil/a sám/a.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
33.	Když cítím změnu prožívaných emocí, napadají mě nové myšlenky.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
34.	Emoce nehrají podstatnou roli v tom, jak řeším problémy.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
35.	Když čelím nějaké výzvě, vzdávám se, protože jsem přesvědčen/a, že selžu.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
36.	Umím poznat, co jiní lidé cítí, už při pohledu na ně.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
37.	Pomáhám lidem, aby se cítili lépe, když jsou na tom špatně.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
38.	Využívám dobré naladění, které mi pomáhá bojovat s překážkami.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
39.	Je těžké říct, jak se někdo cítí, jenom podle tónu jeho hlasu.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
40.	Je pro mě nelehké porozumět, proč se lidi cítí právě tak, jak se cítí.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
41.	Pokládám za těžké vytvářet blízká přátelství.	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

